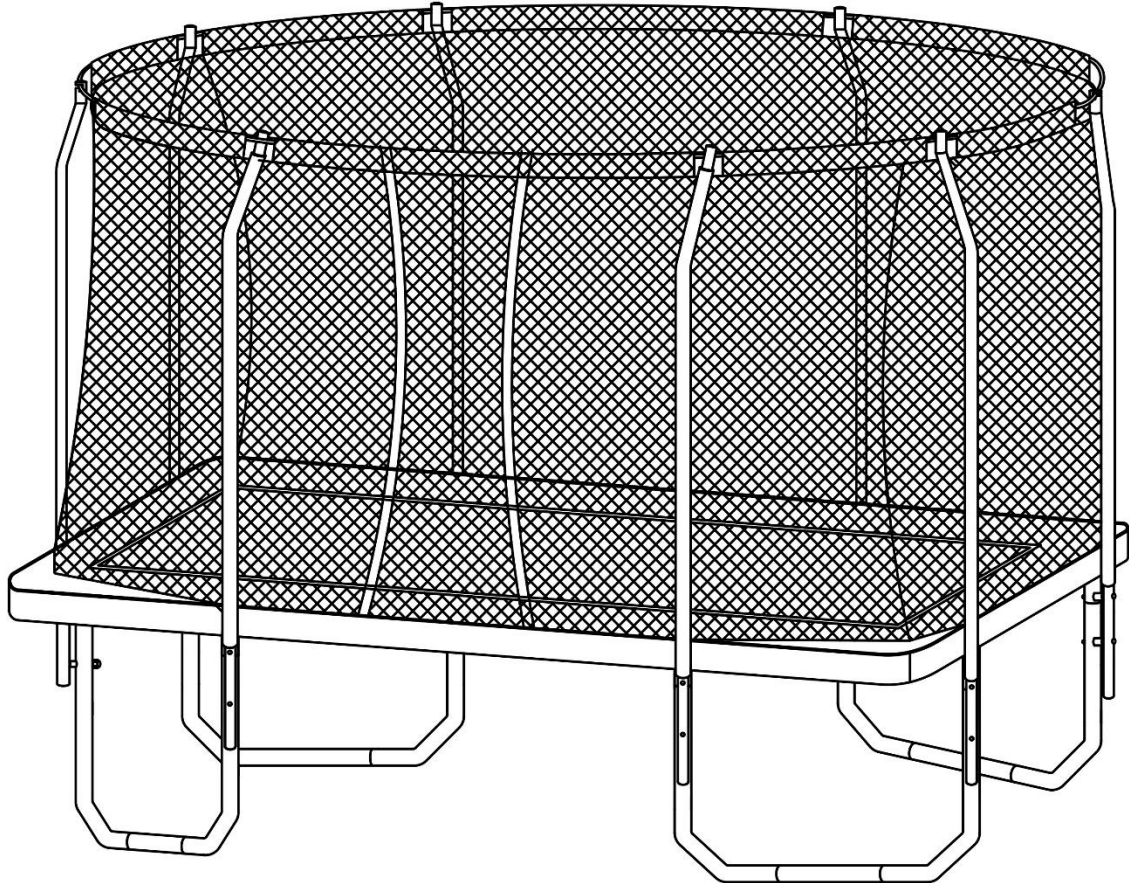




# J7000 Series



# J7000 Series

## Index

1. Safety instructions / Maintenance .....	3
<b>Nederlands</b> .....	4
1. Gebruikersinstructies .....	4
2. Onderdelenlijst.....	10
3. Montage.....	13
<b>English</b> .....	19
1. User instructions .....	19
2. Parts list.....	25
3. Assembly .....	28
<b>Deutsch</b> .....	33
1. Gebrauchsanweisung .....	33
2. Teileliste .....	40
3. Montage.....	43
<b>Français</b> .....	49
1. Mode d'emploi .....	49
2. Liste des pièces .....	56
3. Assemblée.....	59



## 1. Safety instructions / Maintenance

### English

#### CAUTION: Read the entire manual before installing and using the trampoline!

- In order to guarantee optimum safety, you should check the trampoline on a regular basis for damage and wear-sensitive parts. You must also clearly follow the instructions below.
- As owner of the trampoline, you are responsible that all users have seen the instructions before using.
  - The trampoline must be used simultaneously by a maximum of one person.
  - Check the construction, screws, bolts and connections before using the trampoline for the first time and then on a regular basis. Check that all parts are properly connected and attached before using the machine.
  - Incorrect use can result in damage to health. Before you start training, consult your doctor to see if your health allows you to train with this trampoline.
  - Before you start using the trampoline, make sure that all sharp parts around and around the trampoline are removed.
  - In case of regular use, we advise you to check all parts and fastening parts, especially the screws and bolts, every 1 to 2 months. In order to maintain the structural safety level of the trampoline, damaged parts must be replaced immediately.
  - The trampoline is designed for use by adults. If you allow children to use the trampoline, make sure it is used correctly and supervise it at all times. If you allow children to use the trampoline, always consider their mental and physical abilities.
  - Make sure there is enough space around the trampoline, during assembly and use.
  - Ensure that the trampoline is stable and level at all times. Use an even underlay for the installation of the trampoline.
  - Keep body parts away from movable parts of the trampoline when using it.
  - Never make your own adjustments to the trampoline.
  - Never start using the trampoline immediately after eating a meal.
  - Always take a good position on the trampoline before you start jumping.
  - Stop jumping immediately if you experience any of the following symptoms: dizziness or nausea, chest pain or other physical complaints and contact your doctor.
  - The manufacturer cannot be held liable for damage caused by improper use of the product.
  - Adjust the trampoline so that it is in a comfortable training position and does not put unnecessary strain on the body.
  - Do not use the trampoline with exceptional forces for which such a trampoline is not designed.
  - In the event of a defect, always contact the supplier.
  - Check all parts of the trampoline regularly and tighten the screws regularly. Also check for material fatigue and replace the defective parts immediately.
  - The warranty is void if the product, has not been used properly, has not been installed and maintained in accordance with the instructions, is defective due to external influences such as climate, has been modified or altered, is used for public use or parts that are not the property of Senz Sports have been replaced.

**CAUTION: Proper maintenance of your trampoline is crucial in order to optimise its service life.**

### Français

#### ATTENTION : Lisez le manuel en entier avant d'installer et d'utiliser le trampoline !

- Afin de garantir une sécurité optimale, il est recommandé de vérifier régulièrement si le trampoline ne présente pas de dommages ou de pièces sensibles à l'usure. Vous devez également suivre clairement les instructions ci-dessous.
- En tant que propriétaire du trampoline, vous êtes responsable de fournir à chaque utilisateur des consignes de sécurité claires, comme décrit ci-dessous.
  - Le trampoline doit être utilisé simultanément par une seule personne au maximum.
  - Vérifiez la construction, les vis, les boulons et les connexions avant d'utiliser le trampoline pour la première fois et ensuite régulièrement.
  - Avant d'utiliser la machine, vérifiez que toutes les pièces sont correctement connectées et fixées.
  - Une utilisation incorrecte peut nuire à la santé. Avant de commencer l'entraînement, consultez votre médecin pour voir si votre santé vous permet de vous entraîner avec ce trampoline.
  - Avant de commencer à utiliser le trampoline, assurez-vous que toutes les parties coupantes autour et autour du trampoline sont enlevées.
  - En cas d'utilisation régulière, nous vous conseillons de vérifier toutes les pièces et pièces de fixation, en particulier les vis et boulons, tous les 1 à 2 mois. Afin de maintenir le niveau de sécurité de la structure du trampoline, les pièces endommagées doivent être remplacées immédiatement.
  - Le trampoline est conçu pour les adultes. Si vous autorisez les enfants à utiliser le trampoline, assurez-vous qu'il est utilisé correctement et supervisez-le en tout temps. Si vous autorisez les enfants à utiliser le trampoline, tenez toujours compte de leurs capacités mentales et physiques.
  - Assurez-vous qu'il y a suffisamment d'espace autour du trampoline lors du montage et de l'utilisation.
  - S'assurer que le trampoline est stable et de niveau en tout temps. Utilisez un sous-couche régulière pour l'installation du trampoline.
  - Tenez les parties du corps éloignées des parties mobiles du trampoline lorsque vous l'utilisez.
  - Ne faites jamais vos propres réglages sur le trampoline.
  - Ne commencez jamais à utiliser le trampoline immédiatement après un repas.
  - Prenez toujours une bonne position sur le trampoline avant de commencer à sauter.
  - Cessez immédiatement de sauter si vous ressentez l'un des symptômes suivants : étourdissements ou nausées, douleurs thoraciques ou autres douleurs physiques et contactez votre médecin.
  - Le fabricant ne peut être tenu responsable des dommages causés par une mauvaise utilisation du produit.
  - Régulez le trampoline de manière à ce qu'il soit dans une position d'entraînement confortable et qu'il ne sollicite pas inutilement le corps.
  - N'utilisez pas le trampoline avec des forces exceptionnelles pour lesquelles un tel trampoline n'est pas conçu.
  - En cas de défaut, toujours contacter le fournisseur.
  - Vérifiez régulièrement toutes les pièces du trampoline et serrez les vis régulièrement. Vérifiez également s'il y a fatigue du matériau et remplacez immédiatement les pièces défectueuses.
  - La garantie est nulle si le produit : n'a pas été utilisé correctement, n'a pas été installé et entretenu conformément aux instructions, est défectueux en raison d'influences extérieures telles que le climat, a été modifié ou altéré, est utilisé pour un usage public ou si des pièces qui ne sont pas la propriété de Senz Sports ont été remplacées.

**ATTENTION : Un bon entretien de votre trampoline est crucial afin d'optimiser sa durée de vie.**

### Nederlands

#### LET OP: Lees eerst de gehele handleiding voor de trampoline te monteren en in gebruik te nemen!

- Om een optimale veiligheid te kunnen waarborgen dient u op reguliere basis de trampoline te controleren op beschadigingen en slijtage gevoelige onderdelen. Tevens dient u onderstaande instructies duidelijk te volgen.
- Als eigenaar van de trampoline bent u verantwoordelijk om iedere gebruiker van duidelijke veiligheidsinstructies te voorzien als hieronder beschreven.
  - De trampoline dient door maximaal 1 persoon gelijktijdig gebruik te worden.
  - Controleer de constructie, schroeven, bouten, en verbindingen voordat u de trampoline voor het eerst gaat gebruiken en daarna op reguliere basis. Controleer of alle onderdelen goed verbonden en goed bevestigd zijn anderszins de machine te gebruiken.
  - Foutief gebruik kan schade aan de gezondheid tot gevolg hebben. Raadpleeg voordat u met training begint uw huisarts of uw gezondheid een training met deze trampoline toelaat.
  - Voordat u met het gebruik begint, zorg dat alle scherpe onderdelen rond en rondom de trampoline zijn verwijderd.
  - Bij regelmatig gebruik adviseren wij om elke 1 à 2 maanden alle onderdelen en bevestigingsdelen te controleren, vooral de schroeven en bouten. Om het constructieve meegenomen veiligheidsniveau van de trampoline te behouden, dienen beschadigde onderdelen direct vervangen te worden.
  - De trampoline is voor gebruik door volwassenen geconstrueerd. Als u kinderen toch de trampoline laat gebruiken, wijst ze dan op een correct gebruik en houdt hen altijd bij toezicht. Indien u kinderen toelaat om de trampoline te gebruiken, neem dan altijd hun mentale en fysieke capaciteiten in overweging.
  - Zorg voor voldoende ruimte rondom de trampoline, tijdens de montage en gebruik.
  - Zorg ten alle tijden ervoor dat de trampoline stabiel en waterpas staat. Gebruik een egale ondergrond voor plaatsing van de trampoline.
  - Houd lichaamsdelen verwijderd van beweegbare delen van de trampoline tijdens het gebruik ervan.
  - Maak nooit eigen aanpassingen aan de trampoline.
  - Begin nooit het gebruik direct na het nuttigen van een maaltijd.
  - Neem altijd eerst een goede positie in op de trampoline, voordat er gestart wordt met springen.
  - Stop direct met springen indien u last krijgt van een van de volgende symptomen: duizeligheid of misselijkheid, pijn op de borst of andere fysieke klachten en contacteer uw arts.
  - De fabrikant kan niet aansprakelijk gesteld worden voor schade door middel van ondoelmatig gebruik van het product.
  - Stel de trampoline zo in dat deze voldoet aan een comfortabele trainingspositie en het lichaam niet onnodig belast.
  - Gebruik de trampoline niet met uitzonderlijke krachten waar een dergelijke trampoline niet voor gemaakt is.
  - Neem bij een defect altijd contact op met de leverancier.
  - Controleer alle delen van de trampoline regelmatig en draai de schroeven ook regelmatig aan. Let ook op materiaal moedigheid en vervang de defecte onderdelen onmiddellijk.
  - De garantie vervalt indien het product: niet goed gebruikt is, niet geïnstalleerd en onderhouden o.b.v. de instructies, defect is door externe invloeden zoals klimaat, is aangepast of veranderd, wordt gebruikt voor publiek of onderdelen zijn vervangen die niet van Senz Sports afkomen.

**LET OP: Het juist onderhouden van uw trampoline is van cruciaal belang om de levensduur te optimaliseren.**

### Español

#### IMPORTANTE: ¡Lea todo el manual antes de instalar y usar el trampolín! Para garantizar una seguridad óptima, compruebe regularmente si el trampolín presenta daños y si tiene piezas sensibles al desgaste. También debe seguir claramente las siguientes instrucciones.

- Como propietario del trampolín, usted es responsable de proporcionar a cada usuario instrucciones de seguridad claras como se describe a continuación.
- El trampolín debe ser utilizado simultáneamente por un máximo de una persona.
- Compruebe la construcción, los tornillos, los pernos y las conexiones antes de utilizar el trampolín por primera vez y luego con regularidad. Antes de utilizar la máquina, compruebe que todas las piezas estén correctamente conectadas y fijadas.
- El uso incorrecto puede resultar en daños a la salud. Antes de comenzar a entrenar, consulte a su médico para ver si su salud le permite entrenar con este trampolín.
- Antes de comenzar a usar el trampolín, asegúrese de que todas las partes afiladas alrededor y alrededor del trampolín sean removidas.
- En caso de uso regular, le aconsejamos que compruebe todas las piezas y elementos de fijación, especialmente los tornillos y pernos, cada 1 ó 2 meses. Para mantener el nivel de seguridad estructural del trampolín, las partes dañadas deben ser reemplazadas inmediatamente.
- El trampolín está diseñado para ser utilizado por adultos. Si permite que los niños usen el trampolín, asegúrese de que se utilice correctamente y supervíselo en todo momento. Si usted permite que los niños usen el trampolín, siempre tenga en cuenta sus capacidades mentales y físicas.
- Asegúrese de que haya suficiente espacio alrededor del trampolín, durante el montaje y el uso.
- Asegúrese de que el trampolín esté estable y nivelado en todo momento. Utilice una base uniforme para la instalación del trampolín.
- Mantenga las partes del cuerpo alejadas de las partes móviles del trampolín cuando lo utilice.
- Nunca haga sus propios ajustes al trampolín.
- Nunca comience a usar el trampolín inmediatamente después de comer.
- Siempre tome una buena posición en el trampolín antes de empezar a saltar.
- Deje de saltar inmediatamente si experimenta cualquiera de los siguientes síntomas: mareos o náuseas, dolor en el pecho u otras molestias físicas y comuníquese con su médico.
- El fabricante no se hace responsable de los daños causados por un uso inadecuado del producto.
- Ajuste el trampolín de forma que se encuentre en una posición de entrenamiento cómoda y no suponga una carga innecesaria para el cuerpo.
- No utilice el trampolín con fuerzas excepcionales para las que el trampolín no está diseñado.
- En caso de defecto, póngase siempre en contacto con el proveedor.
- Compruebe todas las partes del trampolín regularmente y apriete los tornillos con regularidad. Compruebe también si hay fatiga en el material y sustituya inmediatamente las piezas defectuosas.
- La garantía quedará anulada si el producto, no se ha instalado y mantenido de acuerdo con las instrucciones, es defectuoso debido a influencias externas como el clima, se ha modificado o alterado, se utiliza para uso público o se han sustituido piezas que no son propiedad de Senz Sports.

**IMPORTANTE: El mantenimiento adecuado de su trampolín es crucial para optimizar su vida útil.**

### Deutsch

#### VORSICHT: Lesen Sie die gesamte Anleitung, bevor Sie das Trampolin installieren und benutzen!

- Um eine optimale Sicherheit zu gewährleisten, sollten Sie das Trampolin regelmäßig auf Schäden und verschleißempfindliche Teile überprüfen. Sie müssen auch die folgenden Anweisungen genau befolgen.
- Als Eigentümer des Trampolins sind Sie dafür verantwortlich, jedem Benutzer klare Sicherheitshinweise zu geben, wie nachfolgend beschrieben.
  - Das Trampolin darf gleichzeitig von maximal einer Person benutzt werden.
  - Überprüfen Sie die Konstruktion, Schrauben, Bolzen und Verbindungen, bevor Sie das Trampolin zum ersten Mal und dann regelmäßig benutzen. Überprüfen Sie vor der Inbetriebnahme der Maschine, ob alle Teile richtig angeschlossen und befestigt sind.
  - Unschonungemäße Verwendung kann zu Gesundheitsschäden führen. Bevor Sie mit dem Training beginnen, fragen Sie Ihren Arzt, ob Ihre Gesundheit es Ihnen erlaubt, mit diesem Trampolin zu trainieren.
  - Bevor Sie das Trampolin in Betrieb nehmen, vergewissern Sie sich, dass alle scharfen Teile rund um das Trampolin entfernt sind.
  - Bei regelmäßiger Anwendung empfehlen wir Ihnen, alle Teile und Befestigungsteile, insbesondere die Schrauben und Bolzen, alle 1 bis 2 Monate zu überprüfen. Um die strukturelle Sicherheit des Trampolins zu gewährleisten, müssen beschädigte Teile sofort ausgetauscht werden.
  - Das Trampolin ist für den Gebrauch durch Erwachsene konzipiert. Wenn Sie Kindern die Benutzung des Trampolins gestatten, stellen Sie sicher, dass es richtig benutzt wird und beaufsichtigen Sie es jederzeit. Wenn Sie Kindern erlauben, das Trampolin zu benutzen, sollten Sie immer ihre geistigen und körperlichen Fähigkeiten berücksichtigen.
  - Achten Sie bei der Montage und Benutzung darauf, dass genügend Platz um das Trampolin herum vorhanden ist.
  - Achten Sie darauf, dass das Trampolin immer stabil und eben ist. Verwenden Sie für die Montage des Trampolins eine ebene Unterlage.
  - Halten Sie Körperteile von beweglichen Teilen des Trampolins fern, wenn Sie es benutzen.
  - Nehmen Sie niemals Ihre eigenen Einstellungen am Trampolin vor.
  - Beginnen Sie niemals sofort nach dem Essen mit dem Trampolin.
  - Nehmen Sie immer eine gute Position auf dem Trampolin ein, bevor Sie mit dem Springen beginnen.
  - Hören Sie sofort auf zu springen, wenn Sie eines der folgenden Symptome verspüren: Schwindel oder Übelkeit, Brustschmerzen oder andere körperliche Beschwerden und kontaktieren Sie Ihren Arzt.
  - Der Hersteller haftet nicht für Schäden, die durch unsachgemäßen Gebrauch des Produkts entstehen.
  - Stellen Sie das Trampolin so ein, dass es sich in einer bequemen Trainingsposition befindet und den Körper nicht unnötig belastet.
  - Verwenden Sie das Trampolin nicht mit außergewöhnlichen Kräften, für die ein solches Trampolin nicht ausgelegt ist.
  - Im Falle eines Mangels wenden Sie sich immer an den Lieferanten.
  - Überprüfen Sie regelmäßig alle Teile des Trampolins und ziehen Sie die Schrauben regelmäßig an. Überprüfen Sie auch die Materialermüdung und tauschen Sie die defekten Teile sofort aus.
  - Die Garantie erlischt, wenn das Produkt: nicht ordnungsgemäß verwendet, nicht gemäß der Anleitung installiert und gewartet wurde, durch äußere Einflüsse wie z.B. Klima defekt ist, modifiziert oder verändert wurde, für den öffentlichen Gebrauch verwendet wird oder Teile, die nicht Eigentum von Senz Sports sind, ausgetauscht wurden.

**VORSICHT: Die richtige Wartung Ihres Trampolins ist entscheidend für die Optimierung der Lebensdauer.**

### Italiano

#### ATTENZIONE: Leggere l'intero manuale prima di installare e utilizzare il trampolino!

- Per garantire una sicurezza ottimale, è necessario controllare regolarmente il trampolino per verificare la presenza di danni e parti sensibili all'usura. È inoltre necessario seguire chiaramente le istruzioni riportate di seguito.
- In qualità di proprietario del trampolino, siete responsabili di fornire ad ogni utente chiare istruzioni di sicurezza come descritto di seguito.
  - Il trampolino deve essere utilizzato contemporaneamente da un massimo di una persona.
  - Controllare la costruzione, le viti, i bulloni e i collegamenti prima di utilizzare il trampolino per la prima volta e poi regolarmente. Controllare che tutti i componenti siano collegati e collegati correttamente prima di utilizzare la macchina.
  - Un uso improprio può causare danni alla salute. Prima di iniziare l'allenamento, consultate il vostro medico per vedere se la vostra salute vi permette di allenarvi con questo trampolino.
  - Prima di iniziare a utilizzare il trampolino, assicurarsi che tutte le parti taglienti intorno al trampolino siano state rimosse.
  - In caso di utilizzo regolare, si consiglia di controllare tutte le parti e gli elementi di fissaggio, in particolare viti e bulloni, ogni 1 o 2 mesi. Per mantenere il livello di sicurezza strutturale del trampolino, le parti danneggiate devono essere sostituite immediatamente.
  - Il trampolino è stato progettato per l'uso da parte degli adulti. Se permettete ai bambini di utilizzare il trampolino, assicuratevi che sia utilizzato correttamente e sorvegliatelo sempre. Se permettete ai bambini di usare il trampolino, considera sempre la loro capacità mentale e fisica.
  - Assicuratevi che ci sia abbastanza spazio intorno al trampolino, durante il montaggio e l'uso.
  - Assicuratevi che il trampolino sia sempre stabile e livellato. Per l'installazione del trampolino utilizzare un sottopiede uniforme.
  - Tenere le parti del corpo lontano dalle parti mobili del trampolino durante l'uso.
  - Non apporre mai le proprie regolazioni al trampolino.
  - Non iniziare mai ad usare il trampolino subito dopo aver mangiato un pasto.
  - Prendere sempre una buona posizione sul trampolino prima di iniziare a saltare.
  - Interrompere di saltare immediatamente se si verifica uno qualsiasi dei seguenti sintomi: vertigini o nausea, dolore toracico o altri disturbi fisici e contattare il proprio medico.
  - Il produttore non può essere ritenuto responsabile per danni causati da un uso improprio del prodotto.
  - Regolare il trampolino in modo che si trovi in una posizione di allenamento confortevole e non metta inutilmente sotto sforzo il corpo.
  - Non utilizzare il trampolino con forze eccezionali per le quali tale trampolino non è stato progettato.
  - In caso di difetti, contattare sempre il fornitore.
  - Controllare regolarmente tutte le parti del trampolino e serrare regolarmente le viti. Controllare anche la fatica del materiale e sostituire immediatamente le parti difettose.
  - La garanzia decade se il prodotto non è stato utilizzato correttamente, non è stato installato e sottoposto a manutenzione secondo le istruzioni, è difettoso a causa di influenze esterne come il clima, è stato modificato o alterato, è stato utilizzato per uso pubblico o sono state sostituite parti che non sono di proprietà di Senz Sports.

**ATTENZIONE: Una corretta manutenzione del trampolino è fondamentale per ottimizzarne la durata.**

## Nederlands

### 1. Gebruikersinstructies



#### ALGEMENE WAARSCHUWINGEN:

- ✓ Max 150 kg
- ✓ Alleen voor huishoudelijk gebruik
- ✓ Alleen bedoeld voor gebruik buitenshuis
- ✓ Alleen gebruiken onder toezicht van een volwassene
- ✓ De trampoline moet door een volwassene worden gemonteerd volgens de montagehandleiding en daarna voor het eerste gebruik worden gecontroleerd.
- ✓ Slechts één gebruiker. Botsingsgevaar
- ✓ Sluit altijd de netopening voordat je gaat springen
- ✓ Springen zonder schoenen
- ✓ Gebruik de mat niet als deze nat is.
- ✓ Leeg je zakken en handen voordat je gaat springen
- ✓ Laat de trampoline niet achter met een sprong
- ✓ Spring altijd in het midden van de mat
- ✓ Eet niet tijdens het springen
- ✓ Gebruik de trampoline uitsluitend volgens de bijgeleverde instructies. Het niet opvolgen van deze voorschriften en voorzorgsmaatregelen kan leiden tot gevaarlijke situaties.
- ✓ Beperk de tijd van continu gebruik (stop regelmatig)
- ✓ Gebruik de trampoline niet bij harde wind en zet hem goed vast.
- ✓ Uit de buurt van vuur houden

#### INSTRUCTIES:

1. De trampoline is niet bedoeld om in de grond te worden ingegraven;
2. Als de trampoline alleen, als het absoluut noodzakelijk is, moet u ten minste vier mensen gelijkmatig verdeeld op de trampoline hebben, en dat ze allemaal samen de trampoline optillen en verplaatsen;
3. Adviseer om de trampoline op een vlakke ondergrond te plaatsen op ten minste 2 m van een structuur of obstakel zoals een hek, garage, huis, overhangende takken, waslijnen of elektriciteitsdraden;
4. Trampolines mogen niet worden geïnstalleerd boven beton, asfalt of een ander hard oppervlak of in de buurt van andere conflicterende installaties (zoals kinderbadjes, schommels, glijbanen, klimrekken);
5. Wijzigingen die de consument aanbrengt aan de originele trampoline (bijvoorbeeld het toevoegen van een accessoire) moeten worden uitgevoerd volgens de instructies van de fabrikant.

#### ONDERHOUD:

dat de belangrijkste onderdelen (frame, ophangstelsel, mat, vulling en omheining) aan het begin van elk seizoen moeten worden gecontroleerd en onderhouden en dat de trampoline gevaarlijk kan worden als deze controles niet worden uitgevoerd.

Onderstaande controles zijn ook nodig en worden aanbevolen:

- controleer of alle bouten en moeren goed vastzitten en draai ze indien nodig vast;
- controleer of alle veerbelaste (put)penverbindingen nog intact zijn en niet los kunnen raken tijdens het spelen;
- controleer alle bekledingen en scherpe randen en vervang ze indien nodig;
- bewaar de onderhoudsinstructies;
- Buitentrampolines moeten worden uitgerust met een voorziening die bij sterke wind voorkomt dat ze door de wind verschuiven (bijv. stalen staven in de grond of ladingen zoals zandzakken of waterzakken) en/of zaken die wind vangen, zoals netten en matten, moeten worden verwijderd;
- in bepaalde landen tijdens de winterperiode kunnen de sneeuwbelasting en de zeer lage temperatuur de trampoline beschadigen. Het wordt aanbevolen om de sneeuw te verwijderen en de mat en de overdekking binnen op te bergen;
- controleer of de mat, bekleding en behuizing geen defecten vertonen; vervang de behuizing na 2 jaar gebruik;
- zorg ervoor dat de klittenbandsluitingen goed gesloten zijn tijdens het gebruik van de trampoline.
- bij sterke wind de overdekking verwijderen en/of de trampoline aan de grond bevestigen.

# J7000 Series

## INLEIDING:

Lees alle informatie in deze handleiding zorgvuldig door voordat u uw nieuwe trampoline in gebruik neemt.

Net als bij elke andere fysieke activiteit kunnen deelnemers gewond raken als de juiste veiligheidsprocedures niet worden gevolgd. Volg de juiste veiligheidsregels en -tips om het risico op letsel te verkleinen.

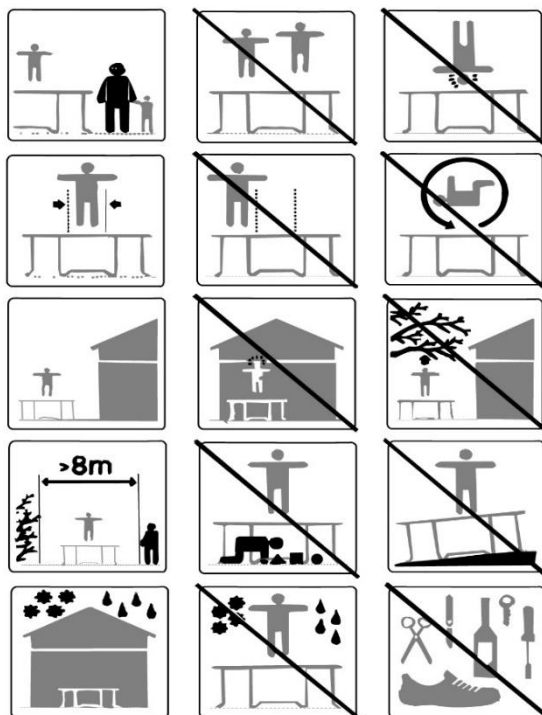
- Verkeerd gebruik en misbruik van deze trampoline is gevaarlijk en kan ernstig letsel veroorzaken!
- Trampolines zijn veerkrachtige apparaten die de performer naar ongebruikelijke hoogten stuwen en in een variëteit aan lichaamsbewegingen die ze misschien niet gewend zijn, dus wees voorzichtig bij het uitvoeren van elke oefening op een trampoline.
- Inspecteer de trampoline altijd voor elk gebruik op slijtage van de springmat en op losse of ontbrekende onderdelen.
- Montage-instructies, verzorging en onderhoud, veiligheidstips, waarschuwingen en springen/springen technieken staan allemaal in deze handleiding. Alle gebruikers en begeleiders moeten deze instructies lezen en ermee vertrouwd raken. Iedereen die deze trampoline gebruikt, moet zich bewust zijn van zijn eigen fysieke beperkingen.
- Deze trampoline MOET op een vlakke ondergrond worden geplaatst; als u dit niet doet, kan de trampoline defect raken en kan het volgende gebeuren leiden tot ernstig letsel of de dood.



NIET MEER DAN ÉÉN  
PERSOON TEGELIJK OP  
DE TRAMPOLINE!  
MEERDERE SPRINGERS  
VERHOGEN HET RISICO  
OP ERNSTIG LETSEL.



VERLAMMING OF DE DOOD KAN  
HET GEVOLG ZIJN ALS JE OP JE  
HOOFD OF NEK LANDT!  
WE RADEN JE AAN OM GEEN  
SALTO'S TE MAKEN, OMDAT JE  
DAN MEER KANS HEBT OM OP  
JE HOOFD OF NEK TE LANDEN.



\*Maximaal gebruikersgewicht: Max 150 kg

\*Niet geschikt voor kinderen jonger dan 36 maanden

# J7000 Series

## INFORMATIE OVER HET GEBRUIK VAN DE TRAMPOLINE

In het begin moet je wennen aan het gevoel en het stuiteren van de trampoline. De focus moet liggen op de basis van je lichaamshouding en je moet elke stuiter oefenen (de basisstuiters) totdat je elke vaardigheid met gemak en controle kunt uitvoeren.

**Om een sprong te breken, hoef je alleen maar je knieën te buigen voordat ze in contact komen met de springmat.** Dit is een basistechniek die je moet oefenen terwijl je de basissprongen leert. De vaardigheid 'remmen' moet worden gebruikt wanneer je je evenwicht of de controle over een manoeuvre verliest, of als je net leert springen op een trampoline. Als je de 'rem'-manoeuvre niet gebruikt, loop je een groter risico om gewond te raken door op het frame, de veren of helemaal van de trampoline te landen als je de controle over je sprong verliest. Een gecontroleerde sprong wordt beschouwd als landen op dezelfde plek als waar je bent opgestegen. Als je toch de controle verliest tijdens het springen op de trampoline, gebruik dan de 'rem'-manoeuvre als je landt, zodat je de controle terugkrijgt en je sprong stopt.

**Salto's (salto's):** We raden je aan GEEN salto's van welk type dan ook (achterwaarts of voorwaarts) uit te voeren op deze trampoline. Als je een fout maakt bij het maken van een salto, kun je op je hoofd of nek terecht komen en jezelf ernstig verwonden.

**Vreemde voorwerpen:** Gebruik de trampoline NIET als er zich huisdieren, andere mensen of voorwerpen onder de trampoline bevinden. Dit vergroot de kans op letsel. Houd GEEN vreemde voorwerpen in uw hand en plaats GEEN voorwerpen op de trampoline terwijl iemand deze gebruikt. Let op wat er boven je hoofd hangt als je de trampoline gebruikt. Boomtakken, draden of andere voorwerpen boven de trampoline verhogen de kans op letsel.

**Aantal personen op de trampoline:** Er mag niet meer dan één persoon tegelijk gebruik maken van de trampoline. Als er meer dan één persoon tegelijk op de trampoline is, kan dit het risico op letsel vergroten.

**Slecht onderhoud van trampoline:** Een trampoline in slechte staat verhoogt het risico op verwondingen. Inspecteer de trampoline voor elk gebruik op gebogen stalen buizen, gescheurde mat, losse of gebroken veren en algehele stabiliteit van de trampoline.

**Locatie van de trampoline:** De trampoline moet altijd op een vlakke ondergrond worden opgezet en gebruikt. Als de trampoline niet op een vlakke ondergrond wordt gebruikt, kan de kans op letsel en/of schade aan de trampoline toenemen.

**Weersomstandigheden:** Houd rekening met de weersomstandigheden wanneer je de trampoline gebruikt. Als de mat van de trampoline nat is, kan de springer uitglijden en zichzelf verwonden. Harde wind kan er ook voor zorgen dat springers de controle verliezen.

**Toegang beperken:** Als de trampoline niet wordt gebruikt, berg de toegangsladder dan altijd op een veilige plaats op zodat kinderen zonder toezicht niet op de trampoline kunnen spelen.

## TIPS OM DE KANS OP ONGELUKKEN TE VERKLEINEN

### Trui:

De sleutel tot het vermijden van ongelukken is om je sprongen onder controle te houden. Ga NIET over op ingewikkeldere, moeilijkere manoeuvres totdat je de fundamentele sprong onder de knie hebt. Educatie is ook de sleutel tot veiligheid en erg belangrijk. Lees, begrijp en oefen alle veiligheidsmaatregelen en waarschuwingen voordat je de trampoline gebruikt. Een gecontroleerde sprong is wanneer je landt en opstijgt vanaf dezelfde locatie. Neem voor aanvullende veiligheidstips en -instructies contact op met een gecertificeerde trampoline-instructeur.

# J7000 Series

## **Toezichthouder:**

Als toezichthouders toezicht houden op andere gebruikers van de trampoline, moeten ze alle veiligheidsregels en -richtlijnen begrijpen en toepassen. Het is de verantwoordelijkheid van de toezichthouder om deskundig advies en begeleiding te geven aan alle springers op de trampoline. Als er geen of onvoldoende toezicht beschikbaar is, kan de trampoline op een veilige plaats worden opgeborgen, worden gedemonteerd om ongeoorloofd gebruik te voorkomen of worden afgedekt met een zwaar zeil dat kan worden afgesloten of beveiligd met een slot of kettingen. De toezichthouder is er ook verantwoordelijk voor dat het veiligheidsbordje op de trampoline wordt aangebracht en dat de springers op de hoogte worden gebracht van deze waarschuwingen en instructies.

## **VEILIGHEIDSINSTRUCTIES TRAMPOLINE**

### **Jumpers:**

- Gebruik de trampoline niet als u alcohol of drugs hebt gebruikt.
- Verwijder alle harde scherpe voorwerpen van uw persoon voordat u de trampoline gebruikt.
- Je moet er gecontroleerd en voorzichtig op- en afklimmen. Spring nooit op of van de trampoline en gebruik de trampoline nooit om op of tegen een ander object te stuiteren.
- Leer altijd de basisstuit en beheers elk type stuit voordat je moeilijkere stuitertypes probeert. Lees het hoofdstuk basisvaardigheden om te leren hoe je de basis moet doen.
- Om je sprong te stoppen, buig je je knieën wanneer je op de springmat landt.
- Houd altijd de controle als je op de trampoline springt. Een gecontroleerde sprong is wanneer je landt op dezelfde plek als waar je bent opgestegen. Als je op een bepaald moment het gevoel hebt dat je de controle verliest, probeer dan te stoppen met stuiteren.
- Spring of stuit niet gedurende langere perioden of te hoog voor een aantal opeenvolgende sprongen.
- Houd je ogen op de mat gericht om de controle te behouden.
- Laat nooit meer dan 1 persoon tegelijk op de trampoline.
- Laat je altijd in de gaten houden door een supervisor als je op de trampoline staat.

### **Supervisors**

- Leer de basissprongen en veiligheidsregels. Om het risico op blessures te voorkomen en te verminderen, moet je alle veiligheidsregels handhaven en ervoor zorgen dat nieuwe springers de basissprongen leren voordat ze moeilijkere en geavanceerdere sprongen proberen.
- Alle springers moeten onder toezicht staan, ongeacht hun niveau of leeftijd.
- Gebruik de trampoline nooit als deze nat, beschadigd, vuil of versleten is. De trampoline moet voor gebruik altijd worden geïnspecteerd op tekenen van slijtage.
- Houd alle voorwerpen die de springer kunnen hinderen uit de buurt van de trampoline. Let op wat zich boven, onder en rond de trampoline bevindt.
- Om ongecontroleerd en ongeoorloofd gebruik te voorkomen, moet de trampoline worden beveiligd wanneer deze niet wordt gebruikt.

### **Algemene veiligheid:**

Spring niet te lang op de trampoline, want vermoeidheid kan de kans op blessures vergroten. Stuit een korte tijd en laat anderen dan meedoen! Laat nooit meer dan één persoon op de trampoline springen.

# J7000 Series

Springers moeten een T-shirt, korte broek of sweater dragen en normale gymnastiekschoenen, zware sokken of blote voeten. Als je net begint, kun je het beste een shirt met lange mouwen en een broek met lange mouwen dragen om je te beschermen tegen schaafwonden totdat je de juiste landingsposities en -vorm onder de knie hebt. Draag geen schoenen met harde zolen, zoals tennisschoenen, op de trampoline omdat dit overmatige slijtage aan het materiaal van de mat veroorzaakt. U moet altijd op de juiste manier op- en afstappen om letsel te voorkomen. Om op de juiste manier op te stijgen, moet u uw hand op het frame PLAATSEN en op het frame stappen of oprollen, over de veren en op de trampolinemat. U moet er altijd aan denken uw handen op het frame te plaatsen tijdens het op- en afstappen. Stap niet rechtstreeks op het framepad en pak het framepad niet vast. Om op de juiste manier van de trampoline af te stappen, gaat u naar de zijkant van de trampoline en plaatst u uw hand op het frame als steun en stapt u van de mat op de grond. Kleinere kinderen moeten worden geholpen bij het op- en afstappen van de trampoline.

Stuiter niet roekeloos op de trampoline omdat je dan meer kans hebt om gewond te raken. De sleutel tot veiligheid en plezier op de trampoline is het beheersen en beheersen van de verschillende stuiterbewegingen. Probeer nooit hoger te springen dan een andere trampoline springer! Gebruik de trampoline nooit alleen zonder toezicht.

## PLAATSING TRAMPOLINE

De minimaal vereiste vrije ruimte boven het hoofd is 7,3 meter. Wat betreft horizontale vrije ruimte, zorg ervoor dat er zich geen gevaarlijke objecten in de buurt van de trampoline bevinden, zoals boomtakken, andere recreatieve objecten (d.w.z. schommeltoestellen, zwembaden), elektrische bedrading, muren, hekken, enz. Voor een veilig gebruik van de trampoline moet u op het volgende letten bij het kiezen van een plaats voor uw trampoline:

- De trampoline MOET voor gebruik op een vlakke ondergrond worden geplaatst.
- Het gebied moet goed verlicht zijn.
- Zorg ervoor dat er geen obstakels onder, boven of rond de trampoline zijn.

## ONGEVALLENCCLASSIFICATIE

**Op- en afstappen:** Wees zeer voorzichtig bij het op- en afstappen van de trampoline. Monteer de trampoline NIET door het framepad vast te pakken, op de veren te stappen of door op de mat van de trampoline te springen vanaf een object (bijvoorbeeld een plankier, dak of ladder). Dit vergroot de kans op letsel! Stap NIET af door van de trampoline af te springen en op de grond te landen, ongeacht de samenstelling van de grond. Als er kleine kinderen op de trampoline spelen, kunnen ze hulp nodig hebben bij het op- en afstappen.

**Gebruik van alcohol of drugs:** Gebruik GEEN alcohol of drugs tijdens het gebruik van deze trampoline! Dit verhoogt de kans op letsel omdat deze vreemde stoffen je beoordelingsvermogen, reactietijd en algehele lichamelijke coördinatie aantasten.

**Meerdere springers:** Als je meerdere springers hebt (meer dan één persoon op de trampoline op elk moment), vergroot je de kans op verwondingen. Verwondingen kunnen ontstaan als je van de trampoline vliegt, de controle verliest, tegen de andere springer(s) botst of op de veren terecht komt.

Over het algemeen raakt de lichtste persoon op de trampoline gewond.

**Het frame van veren raken:** Blijf tijdens het spelen op de trampoline in het midden van de mat. Dit verkleint het risico dat je je verwondt door op het frame van veren te landen. Zorg dat het framepad altijd het frame van de trampoline bedekt. Spring of stap NIET rechtstreeks op het framepad, omdat het niet bedoeld is om het gewicht van een persoon te dragen.

# J7000 Series

**Controleverlies:** Probeer GEEN moeilijke manoeuvre, van welke manoeuvre dan ook, totdat je het onder de knie hebt. Als je deze richtlijnen niet volgt, verhoog je het risico dat iemand gewond raakt.

## MONTAGEHANDLEIDING

Om deze trampoline in elkaar te zetten, hebt u het speciale veerbeladingsgereedschap nodig dat bij uw product wordt geleverd. Als u de trampoline een tijdje niet gebruikt, kunt u deze eenvoudig demonteren en opbergen.

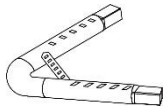






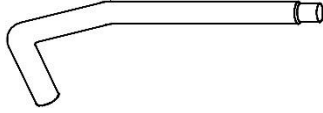
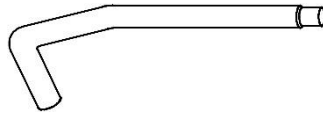
Lees de montage-instructies grondig door voordat u het product in elkaar zet.

## VOOR MONTAGE


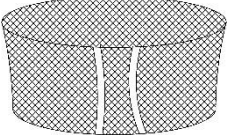


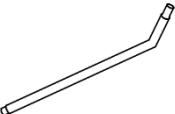
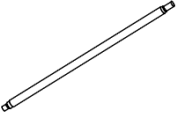
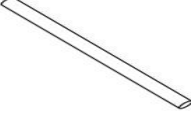
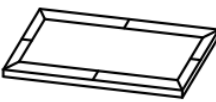
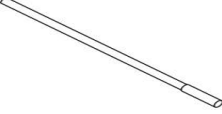
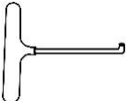
Raadpleeg de onderstaande tabel voor onderdeelbeschrijvingen en -nummers die relevant zijn voor uw maat trampoline. De montageschappen gebruiken deze beschrijvingen en nummers als referentie voor uw gemak. Zorg ervoor dat u alle vermelde onderdelen hebt. Als u onderdelen mist, neem dan onmiddellijk contact met ons op en probeer niet verder te gaan met de montage. Om letsel aan uw handen door knelpunten tijdens de montage te voorkomen, **raden wij u aan handschoenen te gebruiken om uw handen te beschermen.**

# J7000 Series

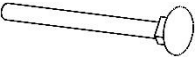
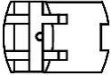




## 2. Onderdelenlijst

#	Beschrijving	Onderdelen	Grootte (in cm)	
			214 x 305	244 x 366
1	Hoekframe buis met label 1		4	4
2	Framebuis met label 2		2	2
3	Frame buis met label 3		2	2
4	Frame buis met label 4		4	4
5	Frame buis met label 5		2	2
6	Beenbuis met label <u>6</u>		2	2
7	Rechte buis met label 7		4	4
8	Beenbuis met label 8		2	2
9	Beenbuis met label <u>9</u>		2	2

# J7000 Series

10	Beenbuis met label 10		2	2
11	Veiligheidsnet		1	1
12	Springmat		1	1
13	Stalen haak		240 + wat reserve	256 + wat reserve
14	Bovenste veiligheidsnetpaal met schuim en hoge hoed		8	8
15	Onderste paal van veiligheidsnet met schuim		8	8
16	Mouw		8	8
17	Randkussen		1	1
18	Glasvezel paal			
19	Veer gereedschap		2	2

# J7000 Series

20	Schroef		16	16
21	Kunststof pakking		16	16
22	Metalen pakking		16 + wat reserve	16 + wat reserve
23	Schroefdop		16	16
24	Steeksleutel		1	1
25	Gebruiksaanwijzing		1	1

# J7000 Series

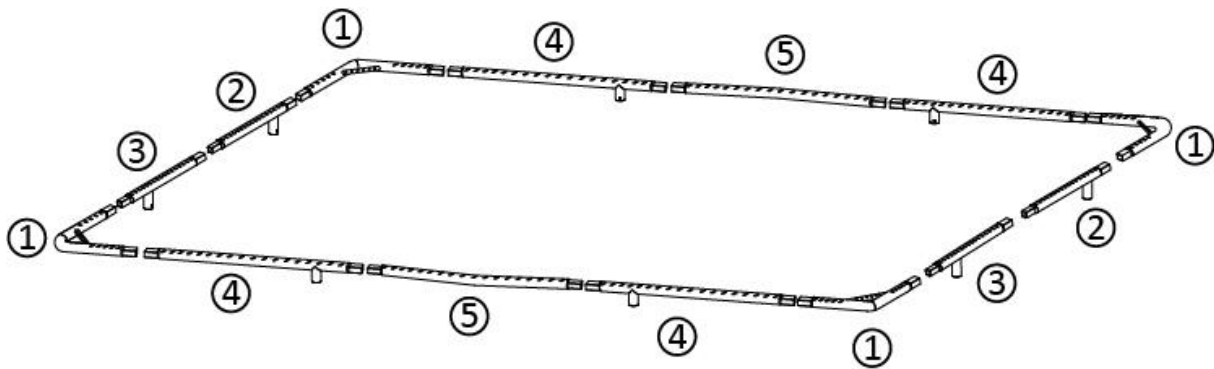
## 3. Montage

Stel de trampoline op zijn definitieve locatie op! Verplaats de trampoline na volledige opbouw NIET! De spanning van de veren kan het frame vervormen. Als u de trampoline moet verplaatsen, demonteer deze dan weer of gebruik minstens 5-6 personen om de trampoline alleen horizontaal te verplaatsen. Zorg ervoor dat de grond vlak is op de opstelplaats, anders kan de spanning van de veren het frame vervormen.

Wij raden aan: De trampoline MOET alleen worden opgezet op gras. Niet geschikt op beton of andere harde oppervlakken.

**WAARSCHUWING:** Voor de volgende montage zijn 2-3 volwassenen met een goede lichamelijke conditie nodig. U MOET dichte schoenen en handschoenen dragen. Zorg ervoor dat het gebied rond de montageplaats vrij is van gevaren die een val of verlies van evenwicht kunnen veroorzaken. Het niet exact opvolgen van alle instructies en waarschuwingen kan ernstig letsel tot gevolg hebben.

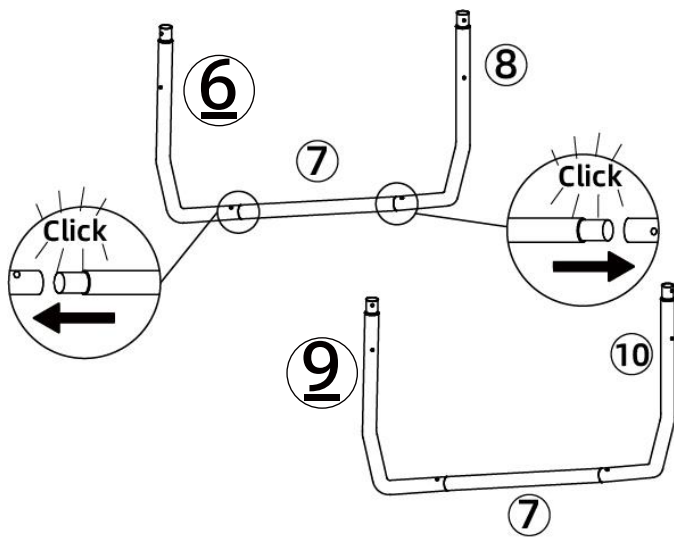
### Stap 1



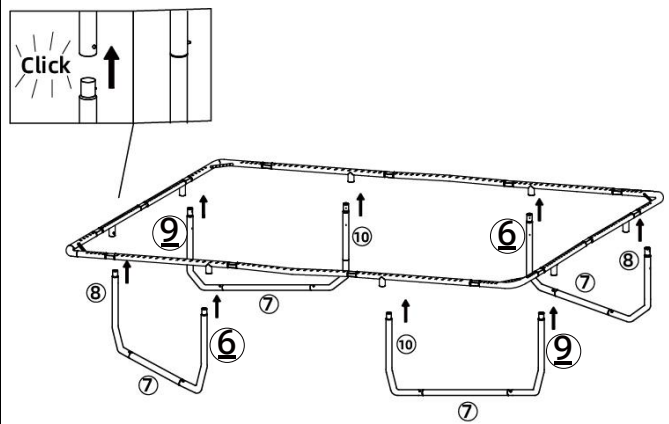
Zoek alle framebuizen en leg die onderdelen in een rechthoek. Let op dat de kromming van onderdeel nr. 5 naar buiten wijst. Houd de zijanten van het frame met de veersleuven naar boven gericht. Verbind elke framebuis in volgorde zoals afgebeeld.

# J7000 Series

## Stap 2



## Stap 3

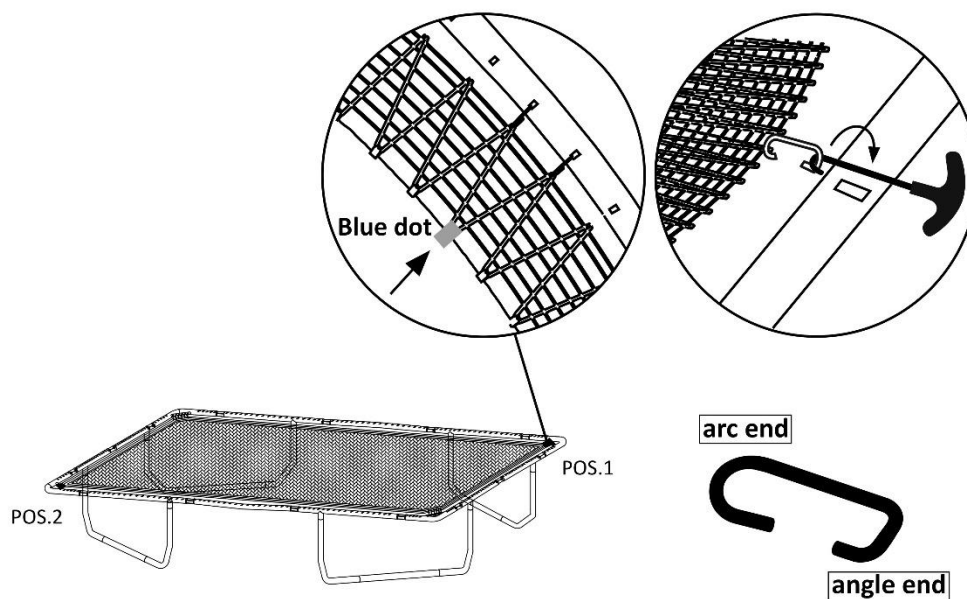


Plaats de rechte beenbuis in de beenbuizen. Zorg ervoor dat de pen vergrendeld is.

Til het frame op in een hoek met een elleboog en steek de beenbuizen in de gelaste buis. Verbind vervolgens de beenbuis diagonaal met hetzelfde label. Herhaal dit om de rest van de beenbuizen aan te sluiten.

**Let op: er zijn twee of meer personen nodig om het frame aan de andere kant op te tillen.**

## Stap 4



# J7000 Series

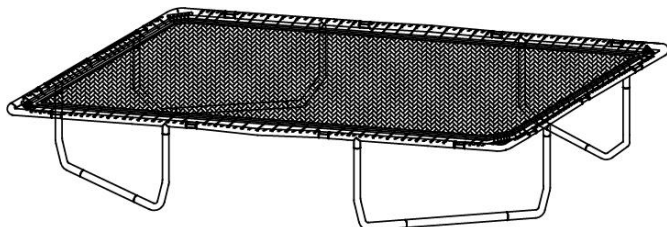
Leg de springmat in de framebuis.

Zoek de vier blauwe stippen op de hoeken. Bevestig het gebogen uiteinde van de stalen haken aan de lussen van het elastische net naast één blauwe stip. Zorg ervoor dat de stalen haken naar beneden wijzen. De hoekuiteinden worden bevestigd aan de twee gaten in het midden van de hoekframebuis. Laad de andere stalen haken voor die hoekframebuis. Bevestig vervolgens alle stalen hoepels aan de tegenoverliggende hoek. Bevestig vervolgens de overige twee hoeken op dezelfde manier.

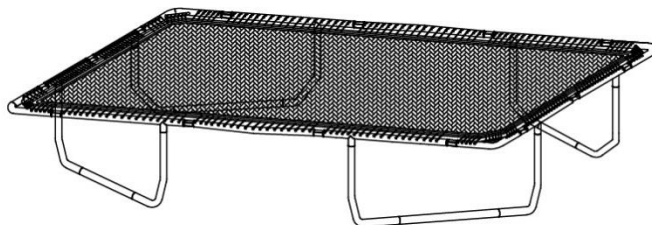
**Let op: Aan beide uiteinden van het elastische net zit een overlappend deel waar één stalen haak nodig is om twee lussen aan vast te maken.**

**BELANGRIJK: Om de haken stevig te bevestigen, gebruik je het meegeleverde gereedschap voor stalen haken en draag je handschoenen om je handen te beschermen. Trampoline staat onder zware spanning, er is meer inspanning nodig om de stalen haken aan het frame te bevestigen. Zorg ervoor dat uw vingers niet bekneld raken en dat u niet uitglijdt. Dit kan ernstig letsel veroorzaken.**

## Stap 5



## Stap 6



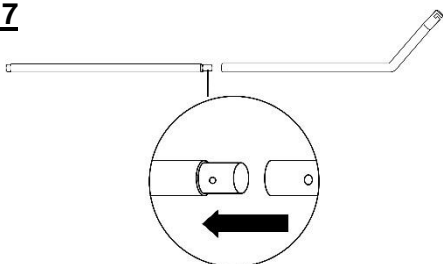
Herhaal dit om de stalen haken afwisselend aan de corresponderende gaten op de framebuis te bevestigen.

Om de montage eenvoudiger te maken, raden we aan dat wanneer een volwassene de stalen haken bevestigt, een andere volwassene helpt het frame opzij te zetten om te voorkomen dat de trampoline verschuift en de stalen haken tegelijkertijd bevestigt met een ander gereedschap voor stalen haken.

Bevestig de resterende stalen haak gelijkmatig.

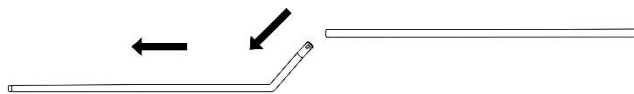
# J7000 Series

## Stap 7



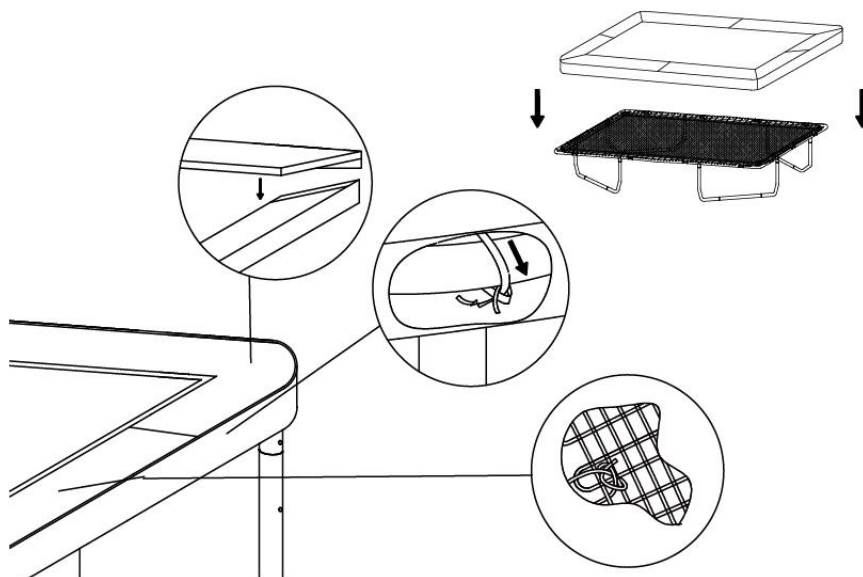
Verbind de bovenste veiligheidsstang en onderste veiligheidsstang met elkaar door middel van een pin en zorg ervoor dat de pin vergrendeld is.

## Stap 8



Bedek de hele paal met een hoes.

## Stap 9



Leg het frame rond op het elastische net met de flappen hangend over de buitenkant van het frame.

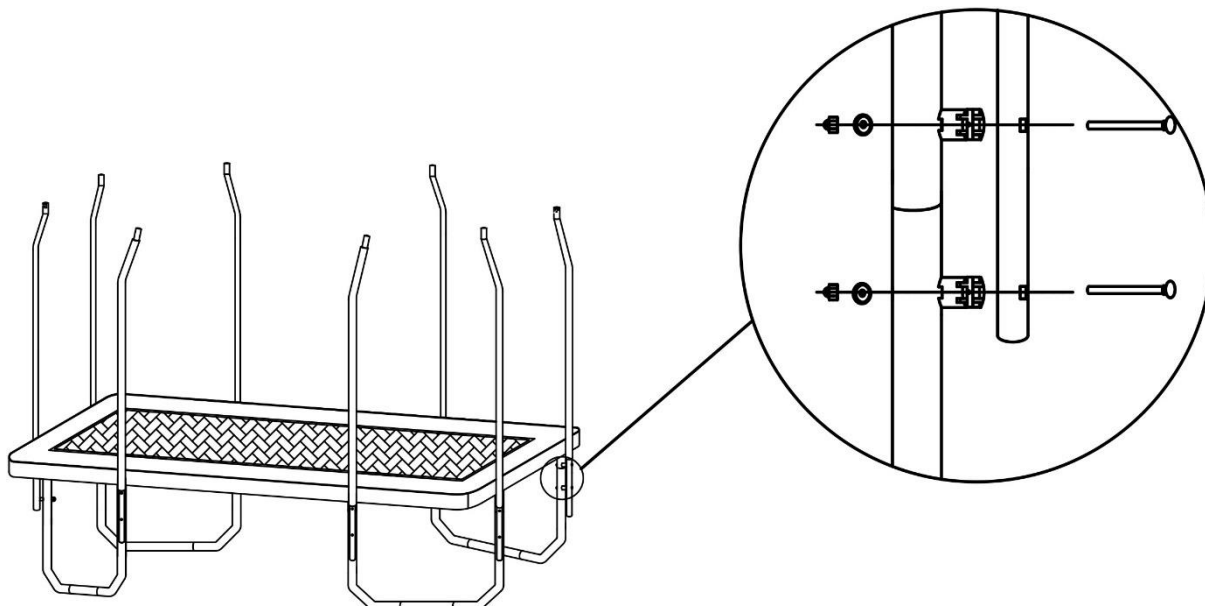
Plak het klittenband aan beide uiteinden van het framepad stevig op elkaar.

Doe de elastische stroken op de binnenste cirkel van de rug van de vulling door het elastische gaas en bind ze dan stevig vast.

Bind alle zwarte stroken op de buitenste cirkel van de achterkant van de vulling vast aan de framebuizen.

# J7000 Series

## Stap 10



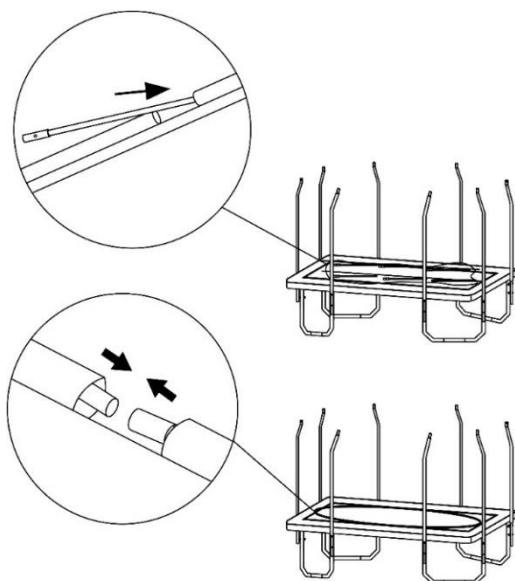
Draai de veiligheidspaal vast met de bevestigde schroefsets, zoals te zien is op de afbeelding.

De schroef gaat door het gat aan de onderkant van de onderste veiligheidspaal, de plastic pakking, de gaten van de gelaste buis & beenbuizen, de metalen pakking en de schroefdop.

**Opmerking: Draai indien nodig de schroeven vast met reserve metalen pakkingen.**

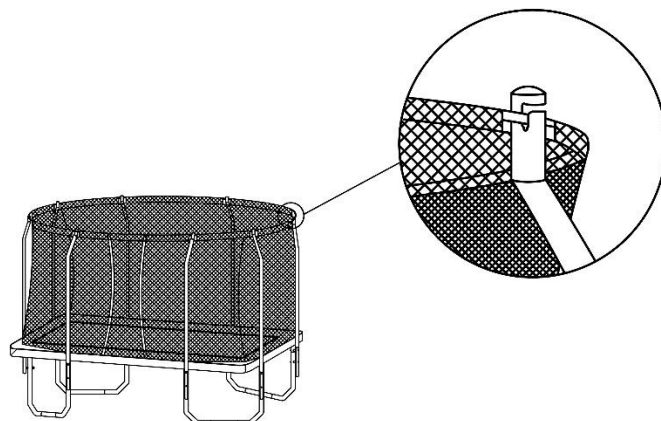
# J7000 Series

## Stap 11



Steek de glasvezelpalen één voor één in het bovenste pad van het vangnet. Verbind de uiteinden van twee glasvezelpalen met elkaar door middel van een zilveren verbindingsstuk. (Als er een kortere paal is, monteer deze dan als laatste).

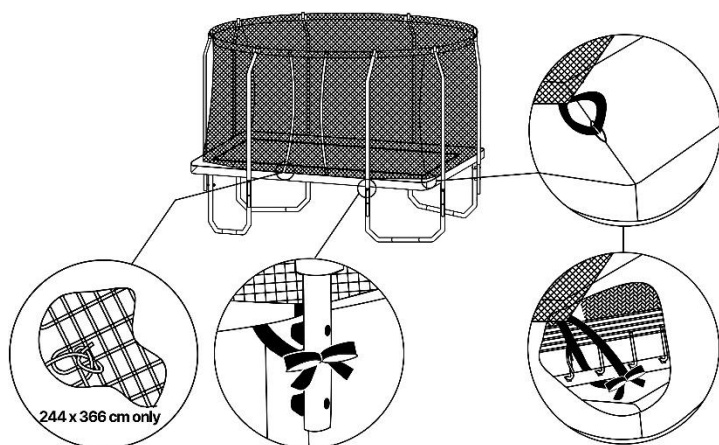
## Stap 12



Ga op de springmat staan en pak dan de glasvezelpalen van het vangnet op en steek ze één voor één in de zwarte hoge hoeden.

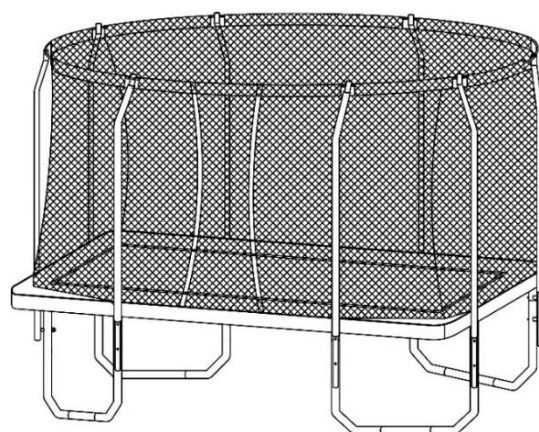
**Let op: Zorg ervoor dat de ingang van het veiligheidsnet in het midden en tussen twee beenbuizen van de lange zijde zit.**

## Stap 13



Bind de zwarte banden aan de onderkant van het veiligheidsnet vast aan de gelaste buizen van de framebuizen. Haal de andere banden op vier hoeken van het veiligheidsnet door de gaten in de naad van de vier hoeken van het framepad. Bind ze vervolgens vast aan de stang van de hoekframebuis. Als u de 244 x 366 cm hebt gekocht, bindt u de resterende banden aan het elastische net van de springmat.

## Stap 14



Nu is de installatie van je trampoline voltooid. Geniet ervan!

## English

### 1. User instructions



#### GENERAL WARNINGS:

- ✓ Max 150 kg
- ✓ Only for domestic use
- ✓ Only intended for outdoor use
- ✓ Only use under adult supervision
- ✓ 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
- ✓ Do not leave the trampoline with a jump
- ✓ Always Jump in the middle of the mat
- ✓ Do not eat while jumping
- ✓ Use this trampoline only in accordance with the enclosed instructions. Failure to follow these instructions and safety precautions may result in hazardous situations.
- ✓ Limit the time of continuous usage (make regular stops)
- ✓ Do not use in strong wind conditions and secure the trampoline
- ✓ Keep away from fire

#### INSTRUCTIONS:

1. The trampoline is not intended to be buried into the ground;
2. If the trampoline only, if absolutely necessary, must have at least four people evenly distributed on the trampoline, and that they all lift and move the trampoline together;
3. 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;
4. 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);
5. 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.

# J7000 Series

## INTRODUCTION:

Prior to using your new trampoline, please carefully read all the information in this manual.

Just as with any other type of physical activity, participants can be injured if the correct safety procedures are not followed. To reduce the risk of injury, please follow the appropriate safety rules and tips.

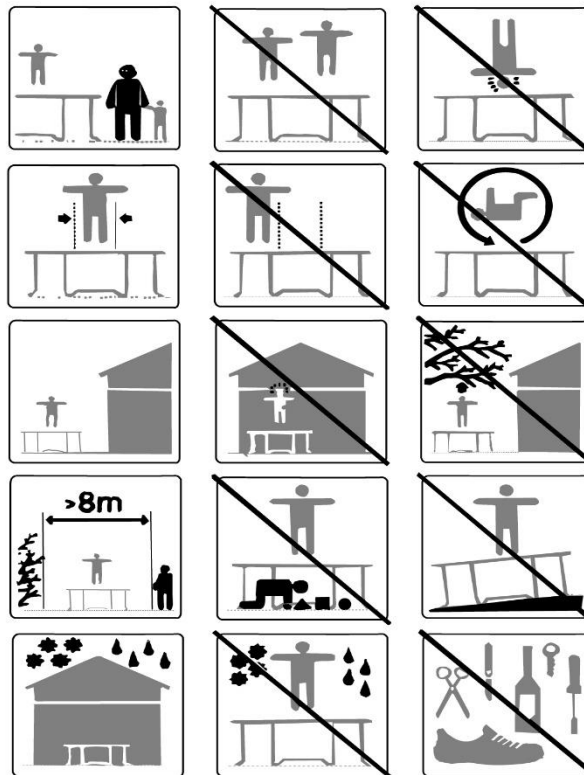
- Misuse and abuse of this trampoline is dangerous and can cause serious injury!
- Trampolines, being rebounding devices, propel the performer to unaccustomed heights and into a variety of body movements that they may not be used to, so care should be taken when performing any type of exercise on a trampoline.
- Always inspect the trampoline before each use for wear to the jumping mat and any loose or missing parts.
- Assembly instructions, care and maintenance guidance, safety tips, warnings, and jumping/bouncing techniques are all included in this manual. All users and supervisors must read and familiarize themselves with these instructions. Anybody using this trampoline must be aware of their own physical limitations.
- This trampoline **MUST** be placed on a flat surface; Failure to do so may result in malfunction and could lead to serious injury or death.



NO MORE THAN ONE PERSON AT A TIME ON THE TRAMPOLINE! MULTIPLE JUMPERS INCREASE THE RISK OF SERIOUS INJURY.



PARALYSIS OR DEATH CAN RESULT IF YOU LAND ON YOUR HEAD OR NECK! WE RECOMMEND YOU DO NOT PERFORM SOMERSAULTS AS THEY CAN INCREASE YOUR CHANCES OF LANDING ON YOUR HEAD OR NECK



\*Max user weight: Max 150kg

\*Not suitable for children under 36 months

# J7000 Series

Initially, you should get accustomed to feel and bounce of the trampoline. The focus must be on the fundamentals of your body position and you should practice each bounce (the basic bounces) until you can perform each skill with ease and control.

**To break a bounce, all you need to do is flex your knees before they come in contact with the jump mat.**

This is a basic technique and should be practiced while you are learning each of the basic bounces. The skill of 'braking' should be used whenever you lose balance or control of a manoeuvre, or if you are just learning how to jump on a trampoline. Failure to use the 'braking' manoeuvre will increase your risk of getting injured by landing on the frame, springs or off the trampoline completely should you lose control of your jump. A controlled jump is considered landing on the same spot that you took off from. If you do lose control when you are jumping on the trampoline, use the 'braking' manoeuvre when you land and this will allow you to regain control and stop your jump.

**Somersaults (Flips):** We recommend that you DO NOT PERFORM somersaults of any type (backwards or forwards) on this trampoline. If you make a mistake when trying to perform a somersault, you could land on our head or neck and cause serious injury to yourself.

**Foreign Objects:** DO NOT use the trampoline if there are pets, other people, or any objects beneath the trampoline. This will increase the chances of an injury occurring. DO NOT hold any foreign objects in your hand and DO NOT place any objects on the trampoline while anyone is using it. Please be aware of what is overhead when you are using the trampoline. Tree limbs, wires, or other objects located over the trampoline will increase the chance of injuries occurring.

**Number of People on the Trampoline:** No more than one person should use the trampoline at any one time. Having more than one person on the trampoline at the same time can increase the risk of injury.

**Poor Maintenance of Trampoline:** A trampoline in poor condition will increase the risk of injuries. Please inspect the trampoline before each use for bent steel tubes, torn mat, loose or broken springs, and overall stability of the trampoline.

**Location of the Trampoline:** The trampoline must always be set up and used on a level surface. Failure to use the trampoline on a level surface can increase the chance of injury and/or damage to the trampoline.

**Weather Conditions:** Please be aware of the weather conditions when using the trampoline. If the mat of the trampoline is wet, the jumper could slip and injure him or herself. High winds can also cause jumpers to lose control.

**Limiting Access:** When the trampoline is not in use, always store the access ladder in a secure place so that unsupervised children cannot play on the trampoline.

## 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 manoeuvre 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.

# J7000 Series

## 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

# J7000 Series

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.

## 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 one 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 manoeuvre, of any manoeuvre until you have mastered it. If you do not follow these guidelines, you increase the risk of someone getting injured.



# J7000 Series

## ASSEMBLY INSTRUCTIONS

To assemble this trampoline, you will need the special spring loading tool enclosed with your product. During periods of non-use, this trampoline can be easily disassembled and stored.

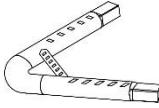


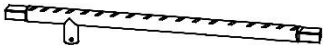
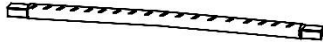

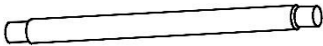
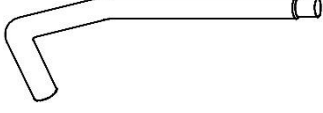

Please read the assembly instructions thoroughly before beginning to assemble the product.

## PRIOR TO ASSEMBLING


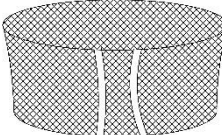


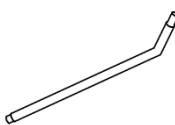
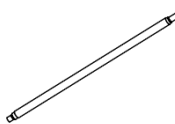
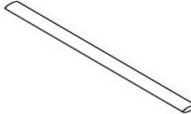
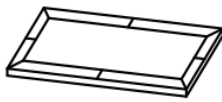
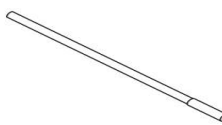
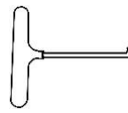
Please refer to the table below for part descriptions and numbers relevant to your size of trampoline. The assembly steps use these descriptions and numbers as reference for your convenience. Make sure that you have all parts listed. If you are missing any parts, please contact us immediately and do not attempt to continue with the assembly. To prevent any injuries to your hands from pinch points during assembly, **we recommend that you use gloves to protect your hands.**

# J7000 Series


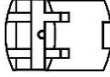




## 2. Parts list

#	Description	Parts	Size (in cm)	
			214 x 305	244 x 366
1	Angle frame tube with label 1		4	4
2	Frame tube with label 2		2	2
3	Frame tube with label 3		2	2
4	Frame tube with label 4		4	4
5	Frame tube with label 5		2	2
6	Leg tube with label 6		2	2
7	Straight leg tube with label 7		4	4
8	Leg tube with label 8		2	2
9	Leg tube with label 9		2	2

# J7000 Series

10	Leg tube with label 10		2	2
11	Safety net		1	1
12	Jumping mat		1	1
13	Steel hook		240 + some spare	256 + some spare
14	Upper safety net pole with foam and top hat		8	8
15	Lower safety net pole with foam		8	8
16	Sleeve		8	8
17	Frame pad		1	1
18	Fiberglass pole			
19	Spring tool		2	2

# J7000 Series

20	Screw		16	16
21	Plastic gasket		16	16
22	Metal gasket		16 + some spare	16 + some spare
23	Screw cap		16	16
24	Open end spanner		1	1
25	Instruction manual		1	1

# J7000 Series

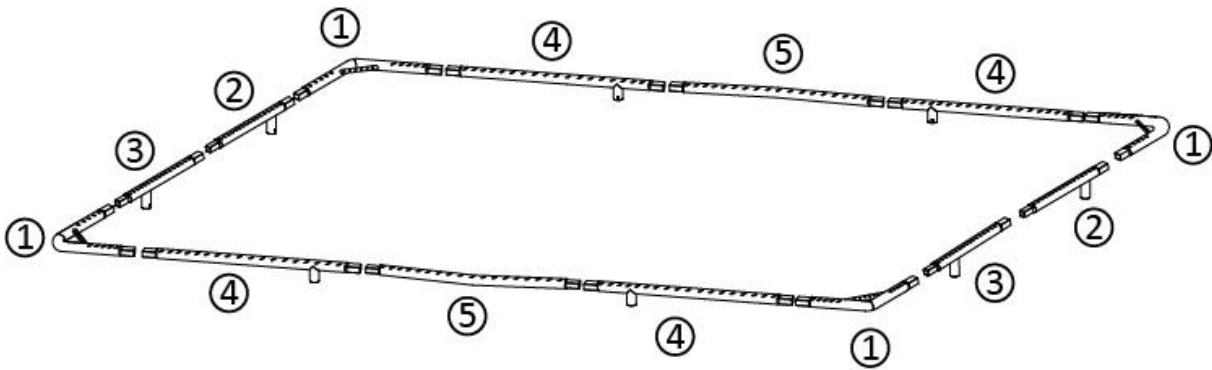
## 3. Assembly

Set-up the trampoline in its final location! After complete set-up, **DO NOT MOVE** the trampoline after assembly! The tension of the springs might deform the frame. If you must move the trampoline, disassemble it again or use at least 5-6 people to move it only horizontally. Make sure the ground is level at the set up location otherwise the tension of the springs might deform the frame.

We recommend: That the trampoline **MUST** be set up on grassed area only. Not suitable on concrete or other hard surfaces.

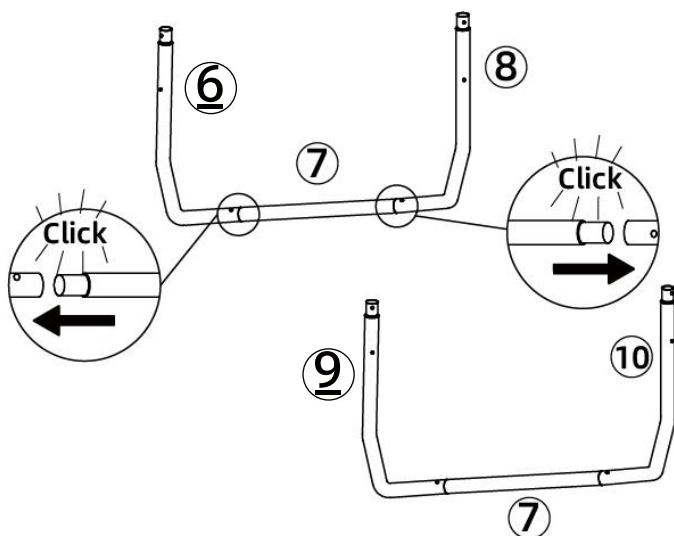
**WARNING:** 2-3 adults in good physical condition are required for the following assembly. You **MUST** wear closed in shoes and gloves. Make sure area around assembly area is clear of any hazards which may cause a fall or loss of balance. Failure to follow all instructions and warnings exactly may result in serious injury.

### Step 1

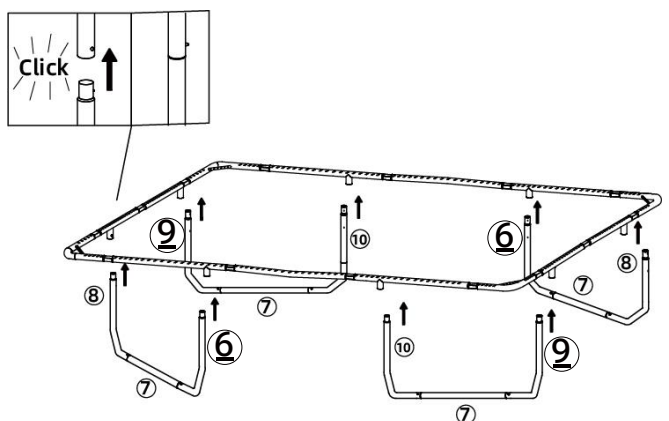


Find all frame tubes and lay out those parts in a rectangle. Please note the curve of part no. 5 face outwards. Keep the sides of the frame with the spring slits facing upwards. Connect each frame tube in sequence as shown.

### Step 2



### Step 3



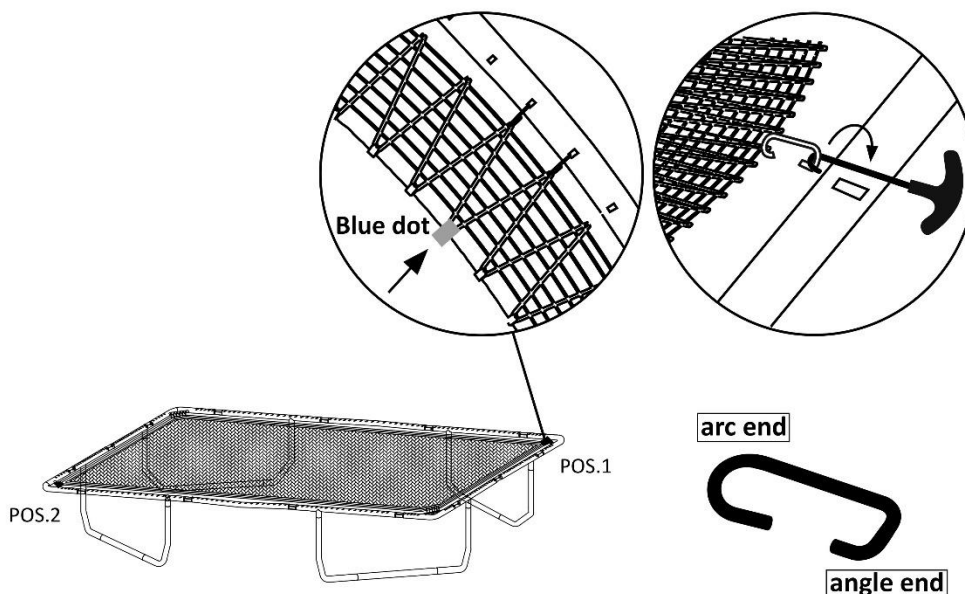
# J7000 Series

Insert straight leg tube into the leg tubes. Make sure the pin is locked.

Lift up the frame in one elbowed corner and insert the leg tubes into the welded tube. Then connect the leg tube diagonally with the same label. Repeat to connect rest of leg tubes.

**Note: two or more persons are required to lift the frame on the opposite side.**

## Step 4



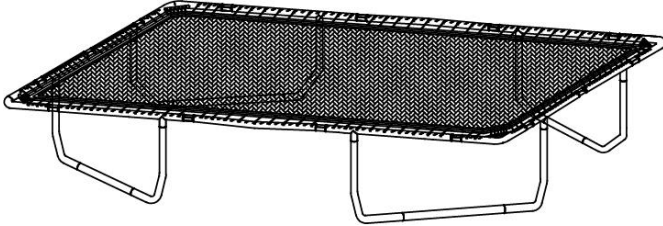
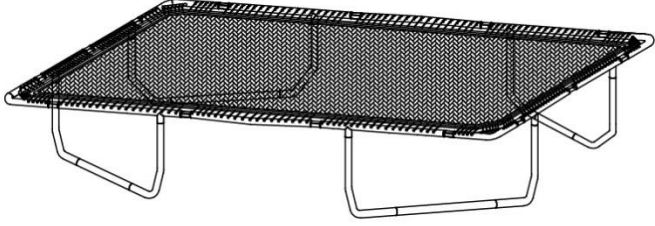
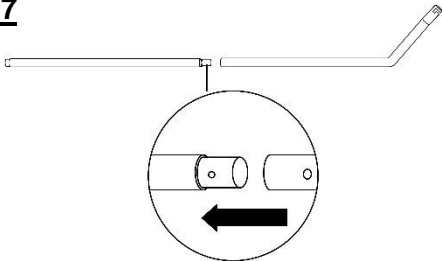
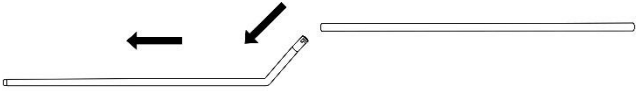
Lay the jumping mat inside the frame tube.

Find the four blue dots at the corners. Attach the arc end of steel hooks to the loops of the elastic net beside one blue dot. Please make sure the steel hooks face downwards. The angle ends are attached to the two holes in the middle of angle frame tube. Load the other steel hooks for that angle frame tube. Secondly attach all steel hoops at the opposite corner. Then attach the rest two corners in the same way.

**Note: There is an overlap part on both ends of the elastic net which one steel hook need to attach two loops.**

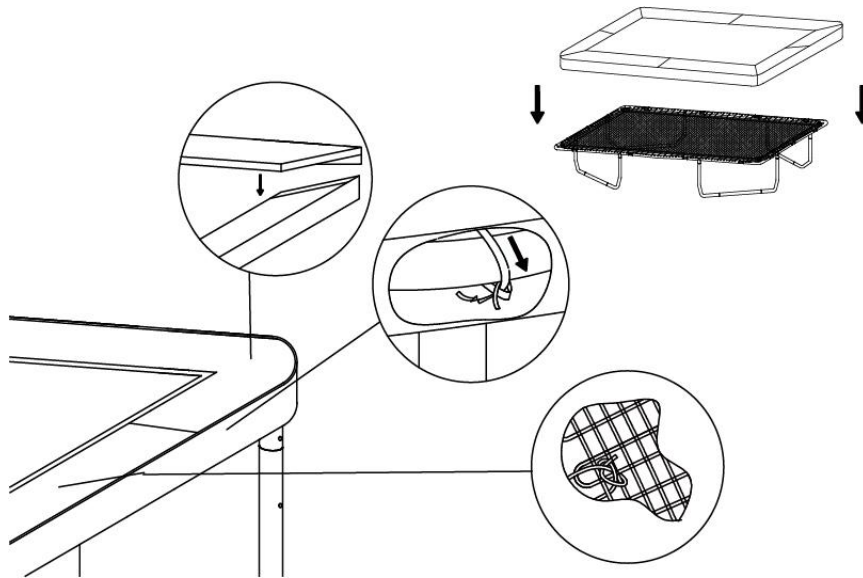
**IMPORTANT: In order to attach the hooks securely please use the provided steel hook tool and wear gloves to protect your hands. Trampoline is under heavy tension, more effort is required to attach the steel hooks to the frame. Be careful not to pinch fingers or slip. Serious injury may occur.**

# J7000 Series

<p><b>Step 5</b></p> 	<p><b>Step 6</b></p> 
<p>Repeat to attach the steel hooks to the corresponding holes on frame tube alternately.</p> <p>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 and attach the steel hooks at the same time by another steel hook tool.</p>	<p>Attach the remaining steel hook evenly.</p>
<p><b>Step 7</b></p> 	<p><b>Step 8</b></p> 
<p>Connect each upper safety pole and lower safety pole together by pin and make sure the pin locked.</p>	<p>Cover the entire pole with sleeve.</p>

# J7000 Series

## Step 9



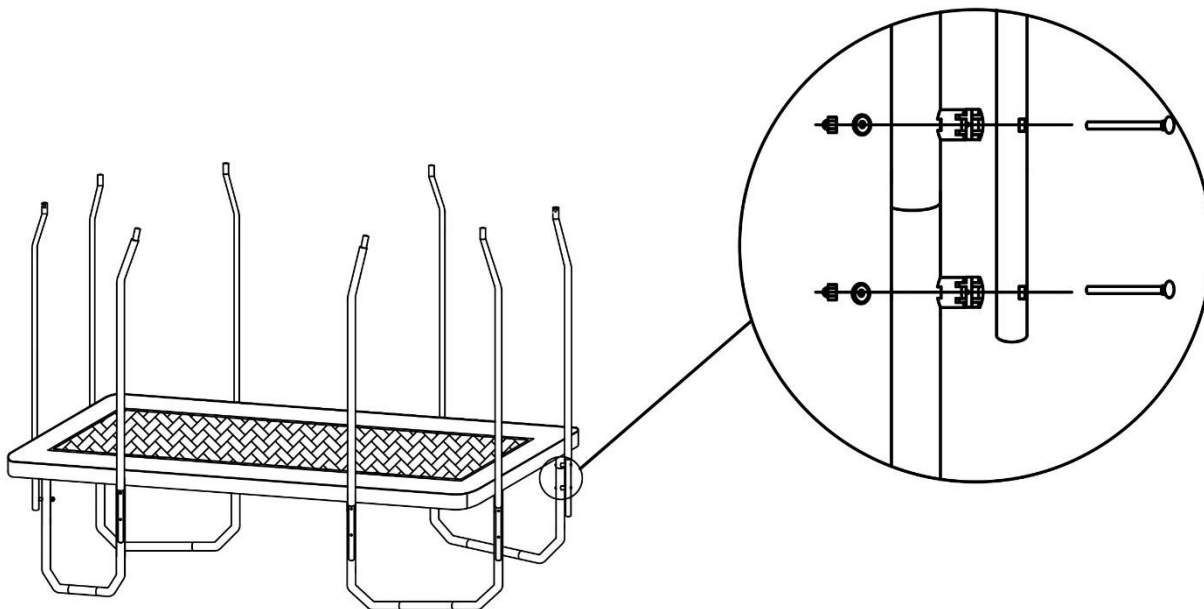
Lay the frame pad around on top of elastic net with flaps hanging over outside frame.

Stick the Velcro on both ends of frame pad together tightly.

Put the elastic strips on the inner circle of the padding's back through the elastic mesh then tie them tightly.

Tie all black strips on the outer circle of the padding's back to the frame tubes.

## Step 10



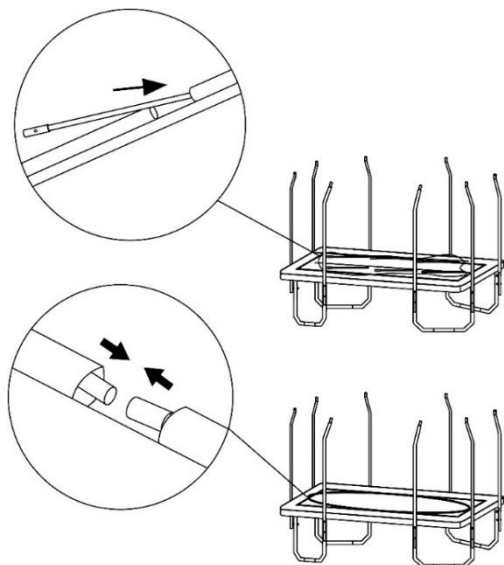
Tighten the safety pole with attached screw sets, as shown in the picture.

The screw goes through the hole at the bottom of lower safety pole, plastic gasket, the holes of the welded tube & leg tubes , metal gasket and screw cap.

**Note: If required, tighten screws with spare metal gaskets.**

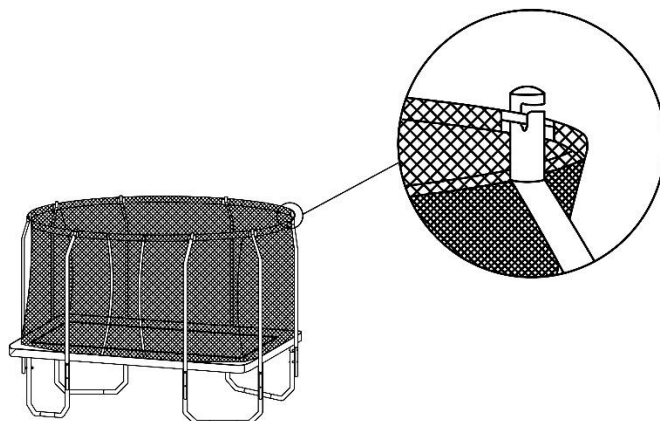
# J7000 Series

## Step 11



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.)

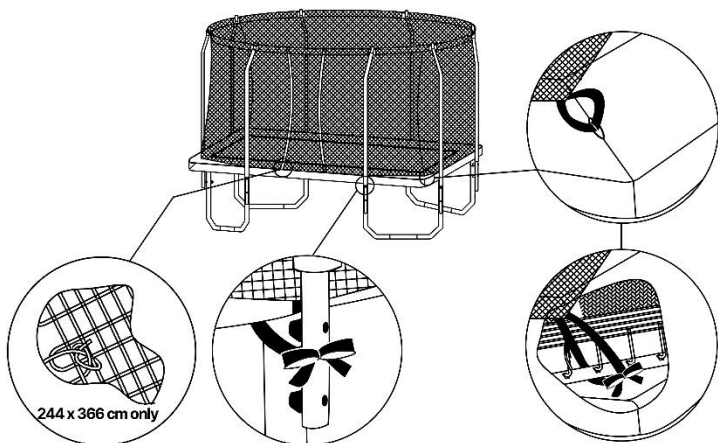
## Step 12



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.

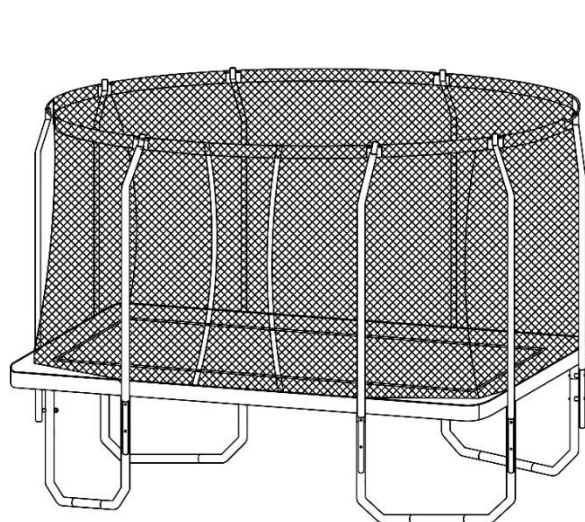
**Note: Make sure the entrance of the safety net is in the middle and between two leg tubes of the long side .**

## Step 13



Tie the black webbing at the bottom of safety to the welded tubes of frame tubes. Pass the other webbing at four corners of safety net through the holes at the seam of the four corners of frame pad. Then tie them to the bar of angle frame tube. If you bought the 244 x 366 cm, tie the remaining webbing to the elastic net of jumping mat.

## Step 14



Now your trampoline installation is completed. Enjoy it!

## Deutsch



### 1. Gebrauchsanweisung

---

#### ALLGEMEINE WARNHINWEISE:

- ✓ Maximal 150 kg
- ✓ Nur für den Hausgebrauch
- ✓ Nur für die Verwendung im Freien bestimmt
- ✓ Nur unter Aufsicht von Erwachsenen verwenden
- ✓ Das Trampolin muss von einem Erwachsenen gemäß der Montageanleitung aufgebaut und anschließend vor der ersten Benutzung überprüft werden.
- ✓ Nur ein Benutzer. Kollisionsgefahr
- ✓ Schließen Sie vor dem Springen immer die Netzöffnung.
- ✓ Springen ohne Schuhe
- ✓ Benutzen Sie die Matte nicht, wenn sie nass ist.
- ✓ Leere Taschen und Hände vor dem Springen
- ✓ Das Trampolin nicht mit einem Sprung verlassen
- ✓ Springe immer in der Mitte der Matte
- ✓ Beim Springen nicht essen
- ✓ Verwenden Sie dieses Trampolin ausschließlich gemäß den beiliegenden Anweisungen. Die Nichtbeachtung dieser Anweisungen und Sicherheitsvorkehrungen kann zu gefährlichen Situationen führen.
- ✓ Begrenzen Sie die Zeit der kontinuierlichen Nutzung (machen Sie regelmäßige Pausen)
- ✓ Benutzen Sie das Trampolin nicht bei starkem Wind und sichern Sie es.
- ✓ Von Feuer fernhalten

#### ANLEITUNGEN:

1. Das Trampolin ist nicht dafür vorgesehen, in den Boden eingegraben zu werden;
2. Wenn das Trampolin nur, wenn unbedingt notwendig, müssen mindestens vier Personen gleichmäßig auf dem Trampolin verteilt sein, und dass sie alle heben und bewegen das Trampolin zusammen;
3. Es wird empfohlen, das Trampolin auf einer ebenen Fläche in einem Abstand von mindestens 2 m zu Strukturen oder Hindernissen wie Zäunen, Garagen, Häusern, überhängenden Ästen, Wäscheleinen oder Stromkabeln aufzustellen;
4. Trampoline dürfen weder auf Beton, Asphalt oder einer anderen harten Oberfläche noch in der Nähe anderer konkurrierender Anlagen (z. B. Planschbecken, Schaukeln, Rutschen, Klettergerüste) aufgestellt werden;
5. Änderungen, die der Verbraucher am Originaltrampolin vornimmt (z. B. Hinzufügen von Zubehör), müssen nach den Anweisungen des Herstellers vorgenommen werden.

#### WARTUNG:

dass die wichtigsten Teile (Rahmen, Aufhängung, Matte, Polsterung und Überdachung) zu Beginn jeder Saison überprüft und gewartet werden müssen und dass das Trampolin gefährlich werden kann, wenn diese Kontrollen nicht durchgeführt werden.

Die nachstehenden Kontrollen sind ebenfalls erforderlich und werden empfohlen:

- Prüfen Sie alle Schrauben und Muttern auf festen Sitz und ziehen Sie sie bei Bedarf nach;
- Prüfen Sie, ob alle federbelasteten Gelenke (Pit-Pin) noch intakt sind und sich während des Spiels nicht verschieben können;
- alle Abdeckungen und scharfen Kanten überprüfen und bei Bedarf ersetzen;
- bewahren Sie das Wartungshandbuch auf;
- Trampoline im Freien sollten mit einer Vorrichtung ausgestattet sein, die bei starkem Wind ein Verrutschen verhindert (z. B. Stahlstangen im Boden oder Lasten wie Sandsäcke oder Wassersäcke), und/oder es sollten windfangende Elemente wie Netze und Matten entfernt werden;
- in bestimmten Ländern kann das Trampolin im Winter durch die Schneelast und die sehr niedrigen Temperaturen beschädigt werden. Es wird empfohlen, den Schnee zu entfernen und die Matte und die Überdachung drinnen zu lagern;
- Prüfen Sie, ob die Matte, die Polsterung und das Gehäuse fehlerfrei sind; ersetzen Sie das Gehäuse nach 2 Jahren Gebrauch;
- Vergewissern Sie sich, dass die Klettverschlüsse während der Benutzung des Trampolins richtig geschlossen sind.
- bei starkem Wind die Überdachung zu entfernen und/oder das Trampolin am Boden zu befestigen.

# J7000 Series

## **EINLEITUNG:**

**Bevor Sie Ihr neues Trampolin in Betrieb nehmen, lesen Sie bitte sorgfältig alle Informationen in dieser Anleitung.**

Wie bei jeder anderen Art von körperlicher Betätigung können sich die Teilnehmer verletzen, wenn die richtigen Sicherheitsmaßnahmen nicht befolgt werden. Um das Verletzungsrisiko zu verringern, beachten Sie bitte die entsprechenden Sicherheitsregeln und -tipps.

- Fehlgebrauch und Missbrauch dieses Trampolins ist gefährlich und kann zu schweren Verletzungen führen!
- Trampoline sind Sprunggeräte und katapultieren den Ausführenden in ungewohnte Höhen und in eine Vielzahl von  
Sie sollten daher bei allen Übungen auf dem Trampolin vorsichtig sein.
- Überprüfen Sie das Trampolin vor jedem Gebrauch auf Abnutzung der Sprungmatte und auf lose oder fehlende Teile.
- Montageanleitungen, Pflege- und Wartungshinweise, Sicherheitstipps, Warnhinweise und Springen/Bouncen  
Techniken sind alle in diesem Handbuch enthalten. Alle Benutzer und Aufsichtspersonen müssen diese Anweisungen lesen und sich mit ihnen vertraut machen. Jeder, der dieses Trampolin benutzt, muss sich seiner eigenen körperlichen Grenzen bewusst sein.
- Dieses Trampolin MUSS auf eine ebene Fläche gestellt werden; andernfalls kann es zu Fehlfunktionen kommen und  
zu schweren Verletzungen oder zum Tod führen.

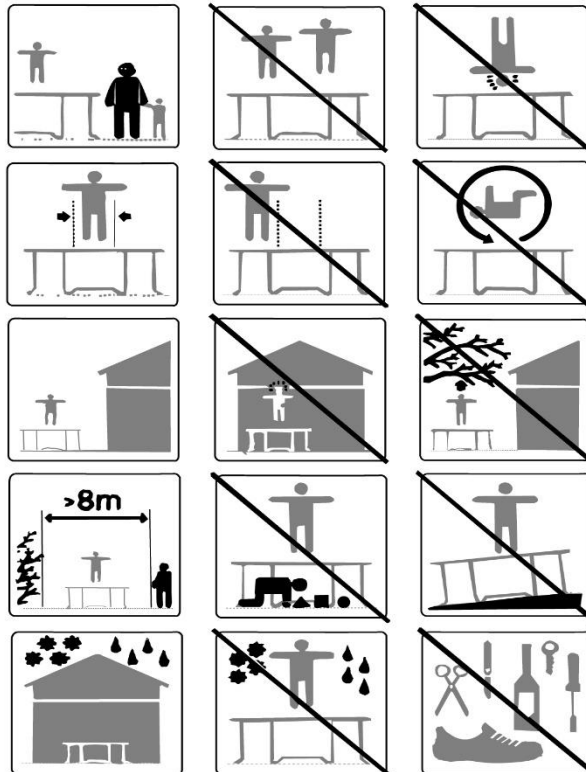
# J7000 Series



NICHT MEHR ALS EINE PERSON GLEICHZEITIG AUF DEM TRAMPOLIN! MEHRERE SPRINGER ERHÖHEN DAS RISIKO VON SCHWEREN VERLETZUNGEN.



LÄHMUNGEN ODER TOD KÖNNEN DIE FOLGE SEIN, WENN SIE AUF DEM KOPF ODER HALS LANDEN! WIR EMPFEHLEN IHNEN, KEINE SALTOS ZU SCHLAGEN, DADIES DAS RISIKO ERHÖHT, AUF DEM KOPF ODER DEM HALS ZU LANDEN.



\*Max. Benutzergewicht: Max 150kg

\*Nicht geeignet für Kinder unter 36 Monaten

# J7000 Series

## INFORMATIONEN ZUR BENUTZUNG DES TRAMPOLINS

Zu Beginn sollten Sie sich an das Gefühl und die Sprungkraft des Trampolins gewöhnen. Der Schwerpunkt muss auf den Grundlagen Ihrer Körperhaltung liegen, und Sie sollten jeden Sprung (die Grundsprünge) üben, bis Sie jede Übung mit Leichtigkeit und Kontrolle ausführen können.

**Um einen Sprung zu brechen, musst du nur deine Knie beugen, bevor sie die Sprungmatte berühren.** Dies ist eine grundlegende Technik, die Sie beim Erlernen der einzelnen Grundsprünge üben sollten. Die Technik des "Bremsens" sollte immer dann angewendet werden, wenn Sie das Gleichgewicht oder die Kontrolle über ein Manöver verlieren oder wenn Sie gerade erst lernen, wie man auf einem Trampolin springt. Wenn Sie das "Bremsmanöver" nicht anwenden, erhöht sich Ihr Verletzungsrisiko, da Sie auf dem Rahmen, den Federn oder ganz vom Trampolin landen, wenn Sie die Kontrolle über Ihren Sprung verlieren. Ein kontrollierter Sprung gilt als Landung auf der gleichen Stelle, von der Sie gestartet sind. Wenn Sie beim Springen auf dem Trampolin die Kontrolle verlieren, führen Sie bei der Landung das Bremsmanöver durch, damit Sie die Kontrolle wiedererlangen und Ihren Sprung beenden können.

**Purzelbäume (Flips):** Wir empfehlen, dass Sie auf diesem Trampolin KEINE Saltos jeglicher Art (vorwärts oder rückwärts) ausführen. Wenn Sie beim Versuch, einen Salto zu machen, einen Fehler machen, könnten Sie auf dem Kopf oder Hals landen und sich schwer verletzen.

**Fremdkörper:** Benutzen Sie das Trampolin NICHT, wenn sich Haustiere, andere Personen oder irgendwelche Gegenstände unter dem Trampolin befinden. Dadurch erhöht sich das Risiko einer Verletzung. Halten Sie KEINE Fremdkörper in der Hand und legen Sie KEINE Gegenstände auf das Trampolin, während jemand es benutzt. Achten Sie bitte darauf, was sich über Ihnen befindet, wenn Sie das Trampolin benutzen. Baumstämme, Drähte oder andere Objekte, die sich über dem Trampolin befinden, erhöhen das Risiko von Verletzungen.

**Anzahl der Personen auf dem Trampolin:** Nicht mehr als eine Person sollte das Trampolin gleichzeitig benutzen. Wenn sich mehr als eine Person gleichzeitig auf dem Trampolin befindet, kann sich das Verletzungsrisiko erhöhen.

**Schlechte Wartung des Trampolins:** Ein Trampolin in schlechtem Zustand erhöht das Risiko von Verletzungen. Bitte überprüfen Sie das Trampolin vor jedem Gebrauch auf verbogene Stahlrohre, gerissene Matten, lose oder gebrochene Federn und die allgemeine Stabilität des Trampolins.

**Standort des Trampolins:** Das Trampolin muss immer auf einer ebenen Fläche aufgestellt und benutzt werden. Wenn das Trampolin nicht auf einer ebenen Fläche benutzt wird, kann sich die Gefahr von Verletzungen und/oder Schäden am Trampolin erhöhen.

**Wetterbedingungen:** Bitte achten Sie auf die Wetterbedingungen, wenn Sie das Trampolin benutzen. Wenn die Matte des Trampolins nass ist, könnte der Springer ausrutschen und sich verletzen. Auch starker Wind kann dazu führen, dass der Springer die Kontrolle verliert.

**Zugangsbeschränkung:** Wenn das Trampolin nicht in Gebrauch ist, bewahren Sie die Einstiegsleiter immer an einem sicheren Ort auf, damit unbeaufsichtigte Kinder nicht auf dem Trampolin spielen können.

## TIPPS ZUR VERRINGERUNG DES UNFALLRISIKOS

### Pullover:

Der Schlüssel zur Vermeidung von Unfällen ist, die Kontrolle über die Sprünge zu behalten. Gehen Sie NICHT zu komplizierteren, schwierigeren Manövern über, bevor Sie die grundlegenden Sprünge beherrschen. Ausbildung ist auch der Schlüssel zur Sicherheit und sehr wichtig. Lesen, verstehen und üben Sie alle Sicherheitsvorkehrungen und Warnhinweise, bevor Sie das Trampolin benutzen. Ein kontrollierter Sprung liegt vor, wenn Sie an derselben Stelle landen und abheben. Für weitere Sicherheitstipps und Anweisungen wenden Sie sich bitte an einen zertifizierten Trampolinlehrer.

# J7000 Series

## Betreuer:

Bei der Beaufsichtigung anderer Trampolinbenutzer müssen die Aufsichtspersonen alle Sicherheitsregeln und -richtlinien verstehen und durchsetzen. Es liegt in der Verantwortung der Aufsichtsperson, alle Trampolinspringer sachkundig zu beraten und anzuleiten. Ist eine Aufsichtsperson nicht verfügbar oder unzureichend, kann das Trampolin an einem sicheren Ort aufbewahrt werden, es kann demontiert werden, um eine unbefugte Nutzung zu verhindern, oder es kann mit einer schweren Plane abgedeckt werden, die verschlossen oder mit einem Schloss oder Ketten gesichert werden kann. Die Aufsichtsperson ist auch dafür verantwortlich, dass das Sicherheitsplakat am Trampolin angebracht wird und dass die Springer über diese Warnungen und Anweisungen informiert werden.

## SICHERHEITSVORSCHRIFTEN FÜR TRAMPOLINE

### Jumper:

- Benutzen Sie das Trampolin nicht, wenn Sie Alkohol oder andere Drogen konsumiert haben.
- Entfernen Sie alle harten, scharfen Gegenstände von sich, bevor Sie das Trampolin benutzen.
- Das Auf- und Absteigen sollte kontrolliert und vorsichtig erfolgen. Springen Sie niemals auf das Trampolin oder von ihm herunter und benutzen Sie das Trampolin niemals als Vorrichtung, um auf oder in ein anderes Objekt zu hüpfen.
- Lernen Sie immer erst die Grundtechniken und beherrschen Sie jede Art von Bounce, bevor Sie schwierigere Bounces ausprobieren. Lesen Sie den Abschnitt über die Grundfertigkeiten, um zu lernen, wie man die Grundlagen beherrscht.
- Um den Aufschwung zu stoppen, beugen Sie die Knie, wenn Sie auf der Sprungmatte landen.
- Behalten Sie immer die Kontrolle, wenn Sie auf dem Trampolin hüpfen. Ein kontrollierter Sprung ist es, wenn Sie an der gleichen Stelle landen, an der Sie gestartet sind. Wenn Sie das Gefühl haben, die Kontrolle zu verlieren, versuchen Sie, das Springen zu stoppen.
- Springen oder hüpfen Sie nicht über längere Zeit oder zu hoch für mehrere aufeinanderfolgende Sprünge.
- Behalten Sie Ihre Augen auf der Matte, um die Kontrolle zu behalten.
- Es darf sich nie mehr als 1 Person gleichzeitig auf dem Trampolin befinden.
- Lassen Sie sich immer von einer Aufsichtsperson beobachten, wenn Sie auf dem Trampolin sind.

### Aufsichtsbehörden

- Machen Sie sich mit den grundlegenden Sprüngen und Sicherheitsregeln vertraut. Um das Risiko von Verletzungen zu vermeiden und zu verringern, sollten Sie alle Sicherheitsregeln durchsetzen und sicherstellen, dass neue Springer die Grundsprünge lernen, bevor sie schwierigere und fortgeschrittenere Sprünge versuchen.
- Alle Springer sollten beaufsichtigt werden, unabhängig von ihrem Können oder Alter.
- Benutzen Sie das Trampolin niemals, wenn es nass, beschädigt, schmutzig oder abgenutzt ist. Das Trampolin sollte vor dem Gebrauch immer auf Anzeichen von Verschleiß untersucht werden.
- Halten Sie alle Gegenstände, die den Springer behindern könnten, vom Trampolin fern. Achten Sie darauf, was sich über, unter und um das Trampolin herum befindet.
- Um eine unbeaufsichtigte und unbefugte Benutzung zu verhindern, sollte das Trampolin gesichert werden, wenn es nicht benutzt wird.

# J7000 Series

## Allgemeine Sicherheit:

Hüpfen Sie nicht über längere Zeit auf dem Trampolin, denn Ermüdung kann das Verletzungsrisiko erhöhen. Springen Sie nur kurze Zeit und lassen Sie dann andere mitmachen! Lassen Sie nie mehr als eine Person auf dem Trampolin hüpfen.

Die Springer sollten ein T-Shirt, Shorts oder Sweatshirts und normale Gymnastikschuhe oder dicke Socken tragen oder barfuß sein. Wenn Sie gerade erst anfangen, sollten Sie langärmelige Hemden und Hosen tragen, um sich vor Kratzern und Schürfwunden zu schützen, bis Sie die richtige Landeposition und Form beherrschen. Tragen Sie auf dem Trampolin keine Schuhe mit harter Sohle, wie z. B. Tennisschuhe, da dies zu einer übermäßigen Abnutzung des Mattenmaterials führt. Sie sollten immer richtig auf- und absteigen, um Verletzungen zu vermeiden. Um richtig aufzusteigen, sollten Sie Ihre Hand auf den Rahmen legen und entweder auf den Rahmen treten oder rollen, über die Federn und auf die Trampolinmatte. Denken Sie immer daran, Ihre Hände beim Auf- und Absteigen auf den Rahmen zu legen. Treten Sie nicht direkt auf die Rahmenmatte und fassen Sie nicht an die Rahmenmatte. Um richtig abzusteigen, gehen Sie zur Seite des Trampolins, stützen sich mit der Hand am Rahmen ab und treten von der Matte auf den Boden. Kleinere Kinder sollten beim Auf- und Absteigen des Trampolins unterstützt werden.

Springen Sie nicht leichtsinnig auf dem Trampolin, da dies die Verletzungsgefahr erhöht. Der Schlüssel zur Sicherheit und zum Spaß auf dem Trampolin ist die Kontrolle und Beherrschung der verschiedenen Sprünge. Versuchen Sie niemals, einen anderen Trampolinspringer in der Höhe zu übertreffen! Benutzen Sie das Trampolin nie allein und ohne Aufsicht.

## TRAMPOLIN-PLATZIERUNG

Der erforderliche Mindestabstand in der Höhe beträgt 7,3 Meter (24 Fuß). Was den horizontalen Abstand betrifft, stellen Sie bitte sicher, dass sich keine gefährlichen Objekte in der Nähe des Trampolins befinden, wie z. B. Baumäste, andere Freizeitobjekte (z. B. Schaukeln, Swimmingpools), Stromleitungen, Wände, Zäune usw. Um eine sichere Nutzung des Trampolins zu gewährleisten, sollten Sie bei der Auswahl des Standorts für Ihr Trampolin folgende Punkte beachten:

- Das Trampolin MUSS zur Benutzung auf einer ebenen Fläche aufgestellt werden.
- Der Bereich sollte gut beleuchtet sein.
- Vergewissern Sie sich, dass sich keine Hindernisse unter, über oder um das Trampolin herum befinden.

## UNFALLKLASSIFIZIERUNG

**Auf- und Absteigen:** Seien Sie beim Auf- und Absteigen auf das Trampolin sehr vorsichtig. Steigen Sie NICHT auf das Trampolin auf, indem Sie sich am Rahmenpolster festhalten, auf die Federn treten oder von einem Gegenstand (z. B. einer Terrasse, einem Dach oder einer Leiter) auf die Trampolinmatte springen. Dies erhöht die Verletzungsgefahr! Steigen Sie NICHT ab, indem Sie vom Trampolin springen und auf dem Boden landen, unabhängig von der Beschaffenheit des Bodens. Wenn kleine Kinder auf dem Trampolin spielen, benötigen sie möglicherweise Hilfe beim Auf- und Absteigen.

**Konsum von Alkohol oder Drogen:** Konsumieren Sie KEINEN Alkohol oder Drogen, wenn Sie dieses Trampolin benutzen! Dies erhöht Ihr Verletzungsrisiko, da diese Fremdstoffe Ihr Urteilsvermögen, Ihre Reaktionszeit und Ihre allgemeine körperliche Koordination beeinträchtigen.

**Mehrere Springer:** Wenn Sie mehrere Springer haben (mehr als eine Person auf dem Trampolin zur gleichen Zeit), erhöht sich das Verletzungsrisiko. Verletzungen können auftreten, wenn Sie vom Trampolin fliegen, die Kontrolle verlieren, mit anderen Springern zusammenstoßen oder auf den Federn landen.

# J7000 Series

In der Regel wird sich die leichteste Person auf dem Trampolin verletzen.

**Stoßen Sie an den Rahmen der Federn:** Wenn Sie auf dem Trampolin spielen, bleiben Sie in der Mitte der Matte. Dadurch verringern Sie das Verletzungsrisiko, wenn Sie auf dem Rahmen der Federn landen. Halten Sie das Rahmenpolster immer über den Rahmen des Trampolins. Springen oder treten Sie NICHT direkt auf die Rahmenunterlage, da diese nicht dafür gedacht ist, das Gewicht einer Person zu tragen.

**Verlust der Kontrolle:** Versuchen Sie KEIN schwieriges Manöver, egal welches, bevor Sie es nicht gemeistert haben. Wenn Sie diese Richtlinien nicht befolgen, erhöhen Sie das Risiko, dass jemand verletzt wird.

## MONTAGEANLEITUNG

Für den Aufbau dieses Trampolins benötigen Sie das spezielle Werkzeug zum Aufziehen der Federn, das dem Produkt beiliegt. Wenn das Trampolin nicht benutzt wird, kann es leicht demontiert und gelagert werden.

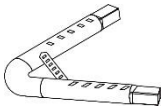



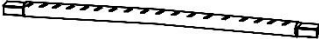
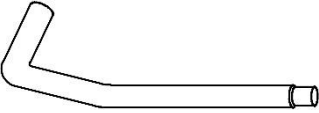
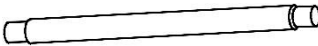
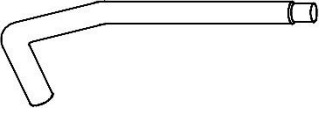
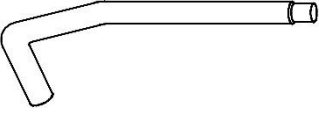
Bitte lesen Sie die Montageanleitung sorgfältig durch, bevor Sie mit dem Zusammenbau des Produkts beginnen.

## VOR DEM ZUSAMMENBAU


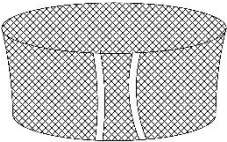


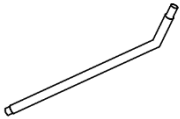
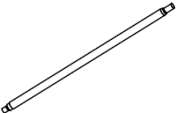
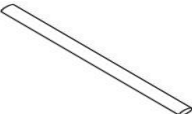
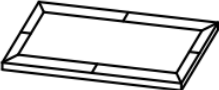
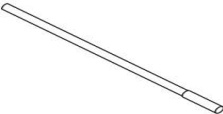
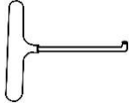
In der nachstehenden Tabelle finden Sie die Beschreibungen und Nummern der Teile, die für Ihre Trampolingröße relevant sind. Die Montageschritte verwenden diese Beschreibungen und Nummern als Referenz für Ihre Bequemlichkeit. Vergewissern Sie sich, dass Sie alle aufgeführten Teile haben. Sollten Teile fehlen, setzen Sie sich bitte sofort mit uns in Verbindung und versuchen Sie nicht, mit dem Zusammenbau fortzufahren. Um Verletzungen an Ihren Händen durch Quetschungen während des Zusammenbaus zu vermeiden, **empfehlen wir Ihnen, Handschuhe zum Schutz Ihrer Hände zu tragen.**

# J7000 Series


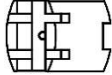




## 2. Teileliste

#	Beschreibung	Teile	Größe (in cm)	
			214 x 305	244 x 366
1	Winkelrahmenrohr mit Etikett 1		4	4
2	Rahmenrohr mit Etikett 2		2	2
3	Rahmenrohr mit Etikett 3		2	2
4	Rahmenrohr mit Etikett 4		4	4
5	Rahmenrohr mit Etikett 5		2	2
6	Beinrohr mit Etikett <u>6</u>		2	2
7	Gerades Beinrohr mit Etikett 7		4	4
8	Beinrohr mit Etikett 8		2	2
9	Beinrohr mit Etikett <u>9</u>		2	2

# J7000 Series

10	Beinröhre mit Etikett 10		2	2
11	Sicherheitsnetz		1	1
12	Sprungtuch		1	1
13	Stahlhaken		240 + etwas Reserve	256 + etwas Reserve
14	Obere Sicherheitsnetzstange mit Schaumstoff und Zylinder		8	8
15	Untere Sicherheitsnetzstange mit Schaumstoff		8	8
16	Ärmel		8	8
17	Rahmenpolster		1	1
18	Glasfaserstab			
19	Federwerkzeug		2	2

# J7000 Series

20	Schraube		16	16
21	Kunststoffdichtung		16	16
22	Metalldichtung		16 + etwas Reserve	16 + etwas Reserve
23	Schraubverschluss		16	16
24	Gabelschlüssel		1	1
25	Gebrauchsanweisung		1	1

# J7000 Series

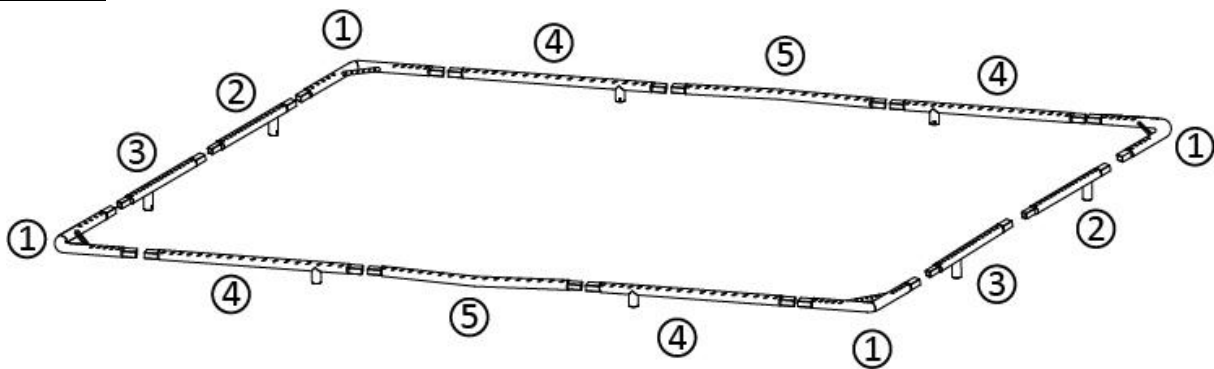
## 3. Montage

Stellen Sie das Trampolin an seinem endgültigen Standort auf! Bewegen Sie das Trampolin nach dem vollständigen Aufbau NICHT mehr! Durch die Spannung der Federn kann sich der Rahmen verformen. Wenn Sie das Trampolin bewegen müssen, bauen Sie es wieder ab oder verwenden Sie mindestens 5-6 Personen, um es nur waagrecht zu bewegen. Vergewissern Sie sich, dass der Boden am Aufstellort eben ist, da sich sonst der Rahmen durch die Federspannung verformen kann.

Wir empfehlen: Das Trampolin MUSS nur auf einer Rasenfläche aufgestellt werden. Nicht geeignet auf Beton oder anderen harten Oberflächen.

**WARNUNG:** Für den folgenden Aufbau werden 2-3 Erwachsene in guter körperlicher Verfassung benötigt. Sie MÜSSEN geschlossene Schuhe und Handschuhe tragen. Vergewissern Sie sich, dass der Bereich um den Montagebereich frei von Gefahren ist, die einen Sturz oder den Verlust des Gleichgewichts verursachen können. Wenn Sie alle Anweisungen und Warnungen nicht genau befolgen, kann dies zu schweren Verletzungen führen.

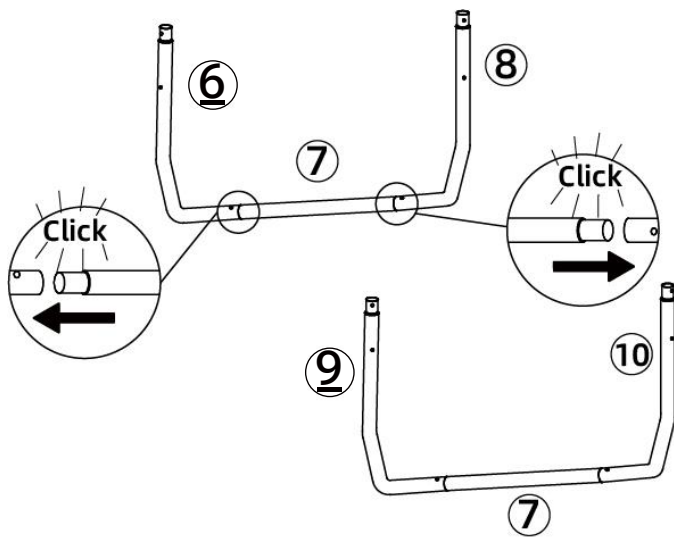
### Schritt 1



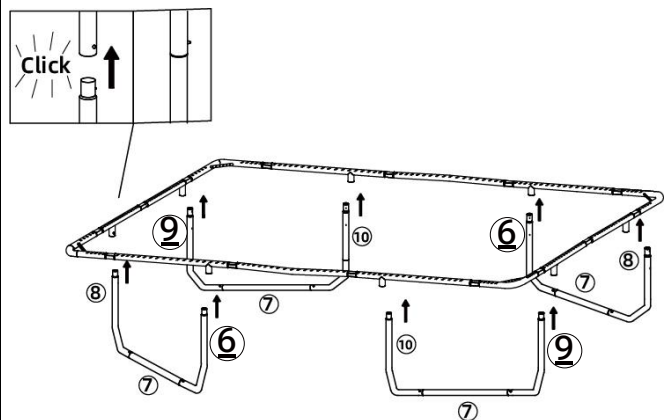
Suchen Sie alle Rahmenrohre und legen Sie diese Teile in einem Rechteck aus. Beachten Sie, dass die Krümmung von Teil Nr. 5 nach außen zeigt. Halten Sie die Seiten des Rahmens mit den Federschlitten nach oben. Verbinden Sie die einzelnen Rahmenrohre der Reihe nach wie abgebildet.

# J7000 Series

## Schritt 2



## Schritt 3

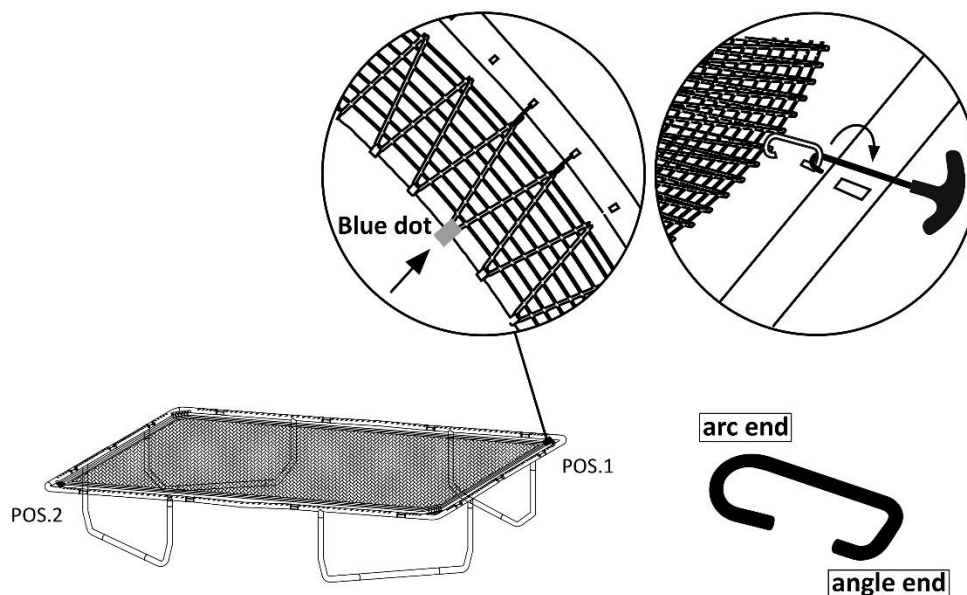


Setzen Sie das gerade Beinrohr in die Beinrohre ein. Vergewissern Sie sich, dass der Stift eingerastet ist.

Heben Sie den Rahmen an einer abgewinkelten Ecke an und stecken Sie die Beinrohre in das geschweißte Rohr. Verbinden Sie dann das Beinrohr diagonal mit demselben Etikett. Wiederholen Sie den Vorgang, um die restlichen Beinrohre zu verbinden.

**Hinweis: Zum Anheben des Rahmens auf der gegenüberliegenden Seite sind zwei oder mehr Personen erforderlich.**

## Schritt 4



# J7000 Series

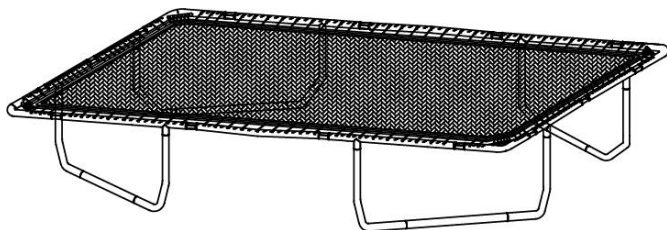
Legen Sie das Sprungtuch in das Rahmenrohr.

Finde die vier blauen Punkte an den Ecken. Befestigen Sie das bogenförmige Ende der Stahlhaken an den Schlaufen des elastischen Netzes neben einem blauen Punkt. Bitte achten Sie darauf, dass die Stahlhaken nach unten zeigen. Die Winkelenden werden an den beiden Löchern in der Mitte des Winkelrahmenrohrs befestigt. Legen Sie die anderen Stahlhaken für dieses Winkelrahmenrohr ein. Befestigen Sie anschließend alle Stahlbügel an der gegenüberliegenden Ecke. Befestigen Sie dann die beiden anderen Ecken auf die gleiche Weise.

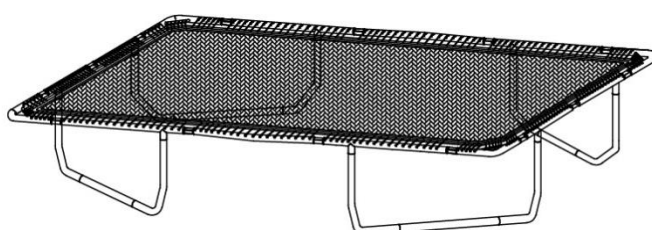
**Hinweis: An beiden Enden des elastischen Netzes gibt es einen überlappenden Teil, an dem ein Stahlhaken zwei Schlaufen befestigen muss.**

**WICHTIG: Um die Haken sicher zu befestigen, verwenden Sie bitte das mitgelieferte Stahlhakenwerkzeug und tragen Sie Handschuhe, um Ihre Hände zu schützen. Da das Trampolin unter starker Spannung steht, ist mehr Kraftaufwand erforderlich, um die Stahlhaken am Rahmen zu befestigen. Achten Sie darauf, dass Sie sich nicht die Finger einklemmen oder abrutschen. Dies kann zu ernsthaften Verletzungen führen.**

## Schritt 5



## Schritt 6



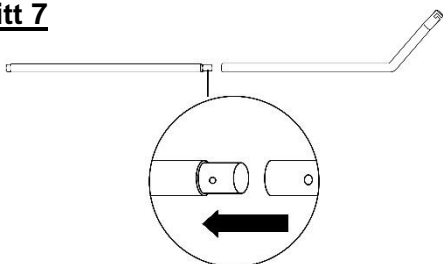
Wiederholen Sie den Vorgang, um die Stahlhaken abwechselnd an den entsprechenden Löchern am Rahmenrohr zu befestigen.

Um den Aufbau zu erleichtern, empfehlen wir, dass ein Erwachsener die Stahlhaken anbringt und ein anderer Erwachsener den Rahmen zur Seite schiebt, damit das Trampolin nicht verrutscht, und die Stahlhaken gleichzeitig mit einem anderen Stahlhakenwerkzeug befestigt.

Bringen Sie den restlichen Stahlhaken gleichmäßig an.

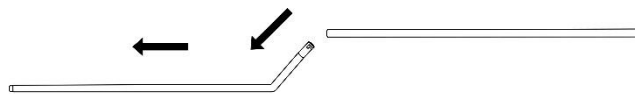
# J7000 Series

## Schritt 7



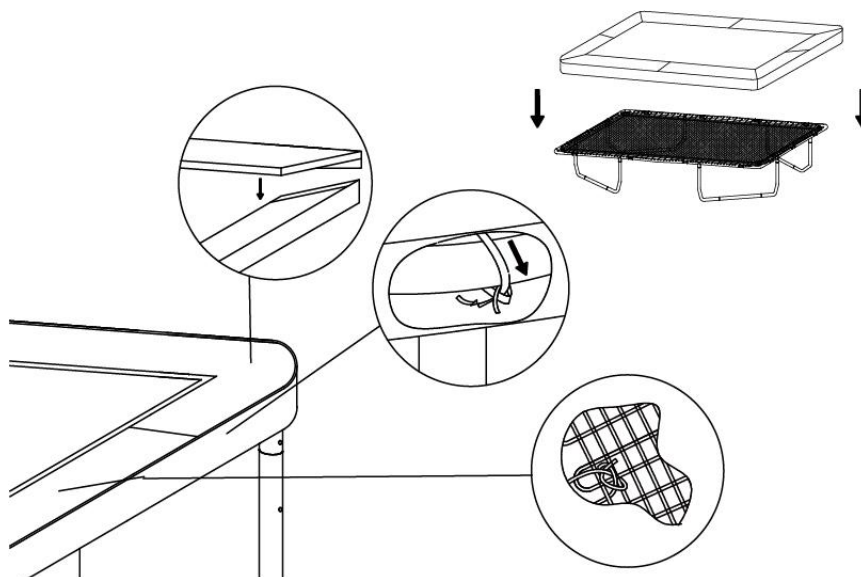
Verbinden Sie die obere und untere Sicherheitsstange mit einem Stift und vergewissern Sie sich, dass der Stift eingerastet ist.

## Schritt 8



Bedecken Sie die gesamte Stange mit einer Hülle.

## Schritt 9



Legen Sie das Rahmenpolster rundherum auf das elastische Netz, wobei die Laschen über den äußeren Rahmen hängen.

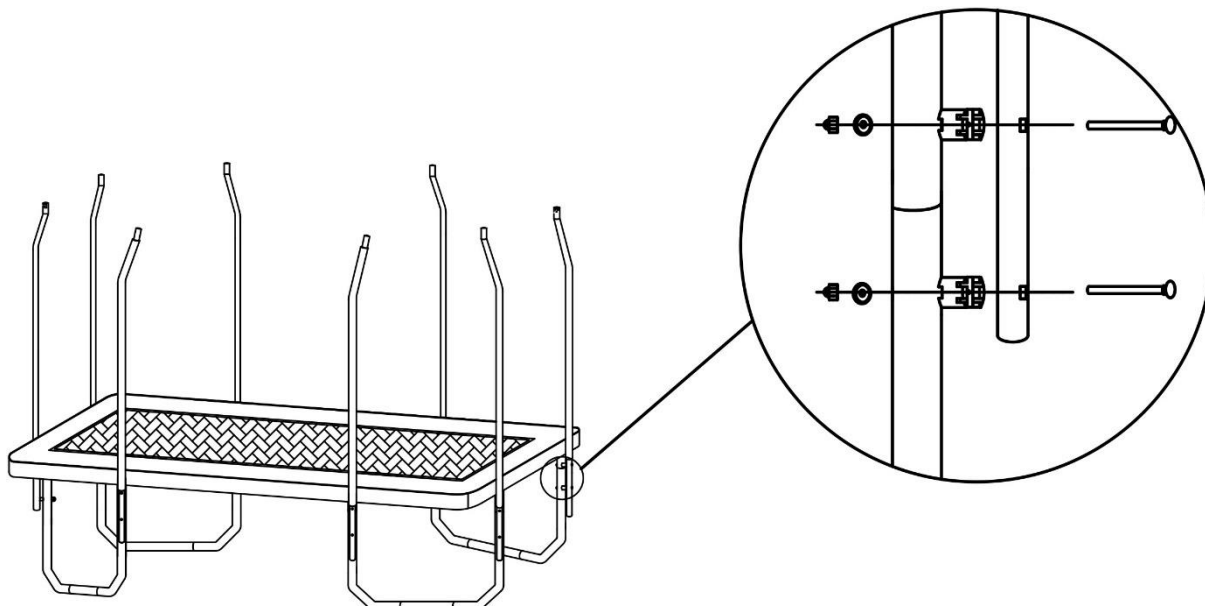
Kleben Sie den Klettverschluss an beiden Enden des Rahmenpolsters fest zusammen.

Stecken Sie die elastischen Streifen am inneren Kreis der Rückseite der Polsterung durch das elastische Netz und binden Sie sie fest.

Binden Sie alle schwarzen Streifen am äußeren Kreis der Polsterung an den Rahmenrohren fest.

# J7000 Series

## Schritt 10

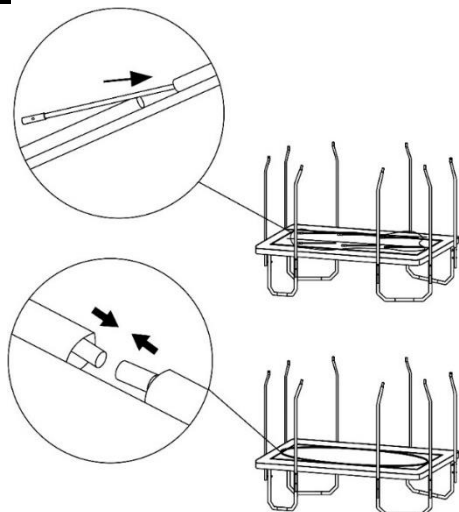


Ziehen Sie die Sicherheitsstange mit den angebrachten Schraubensätzen fest, wie in der Abbildung gezeigt.

Die Schraube geht durch das Loch an der Unterseite der unteren Sicherheitsstange, die Kunststoffdichtung, die Löcher der geschweißten Rohre und Beinrohre, die Metalldichtung und die Schraubkappe.

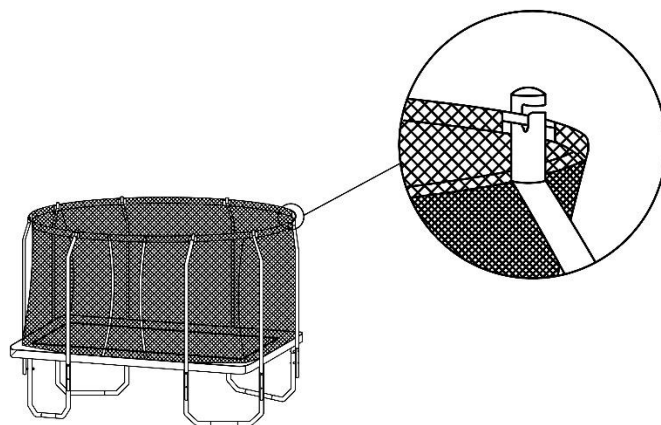
**Hinweis: Ziehen Sie die Schrauben bei Bedarf mit Ersatzmetalldichtungen an.**

## Schritt 11



Führen Sie die Glasfaserstangen nacheinander in die obere Bahn des Sicherheitsnetzes ein. Verbinden Sie die Enden von zwei Glasfaserstäben mit einem silbernen Verbindungsstück. (Wenn es eine kürzere Stange gibt, fügen Sie sie zuletzt zusammen).

## Schritt 12

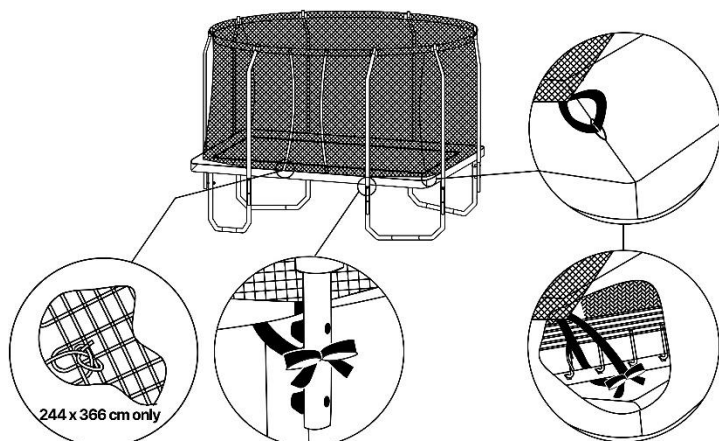


Stellen Sie sich auf die Sprungmatte, nehmen Sie die Glasfaserstangen des Sicherheitsnetzes auf und stecken Sie sie nacheinander in die schwarzen Hütchen.

**Hinweis: Achten Sie darauf, dass sich der Eingang des Sicherheitsnetzes in der Mitte und zwischen zwei Beinrohren der langen Seite befindet.**

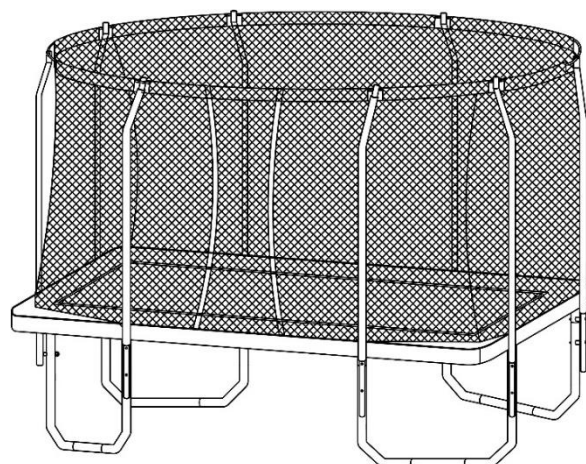
# J7000 Series

## Schritt 13



Binden Sie das schwarze Gurtband an der Unterseite des Sicherheitsnetzes an den geschweißten Rohren der Rahmenrohre fest. Führen Sie das andere Gurtband an den vier Ecken des Sicherheitsnetzes durch die Löcher an der Naht der vier Ecken des Rahmenpolsters. Befestigen Sie sie dann an der Stange des Winkelrahmenrohrs. Wenn Sie das 244 x 366 cm große Sprungtuch gekauft haben, binden Sie das restliche Gurtband an das elastische Netz des Sprungtuchs.

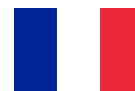
## Schritt 14



Jetzt ist die Installation Ihres Trampolins abgeschlossen. Genießen Sie es!

## Français

### 1. Mode d'emploi



#### AVERTISSEMENTS GÉNÉRAUX :

- ✓ Max 150 kg
- ✓ Usage domestique uniquement
- ✓ Destiné uniquement à une utilisation en extérieur  
Utiliser uniquement sous la supervision d'un adulte
- ✓ Le trampoline doit être assemblé par un adulte conformément aux instructions de montage et vérifié avant la première utilisation.
- ✓ Un seul utilisateur. Risque de collision
- ✓ Toujours fermer l'ouverture du filet avant de sauter
- ✓ Sauter sans chaussures
- ✓ Ne pas utiliser le tapis lorsqu'il est mouillé
- ✓ Vider les poches et les mains avant de sauter
- ✓ Ne pas quitter le trampoline avec un saut  
Toujours sauter au milieu du tapis
- ✓ Ne pas manger en sautant
- ✓ Utilisez ce trampoline uniquement conformément aux instructions fournies. Le non-respect de ces consignes et mesures de sécurité peut entraîner des situations dangereuses.
- ✓ Limiter la durée d'utilisation continue (faire des arrêts réguliers)
- ✓ Ne pas utiliser par vent fort et sécuriser le trampoline.
- ✓ Tenir à l'écart du feu

#### INSTRUCTIONS :

1. Le trampoline n'est pas destiné à être enterré dans le sol ;
2. Si le trampoline n'est utilisé qu'en cas d'absolue nécessité, il faut qu'au moins quatre personnes soient réparties uniformément sur le trampoline et qu'elles soulèvent et déplacent le trampoline ensemble ;
3. Il est recommandé de placer le trampoline sur une surface plane à au moins 2 m de toute structure ou obstruction telle qu'une clôture, un garage, une maison, des branches en surplomb, des cordes à linge ou des fils électriques ;
4. Les trampolines ne doivent pas être installés sur du béton, de l'asphalte ou toute autre surface dure, ni à proximité d'autres installations conflictuelles (par exemple, pataugeoires, balançoires, toboggans, structures d'escalade) ;
5. Les modifications apportées par le consommateur au trampoline d'origine (par exemple l'ajout d'un accessoire) doivent être effectuées conformément aux instructions du fabricant.

#### ENTRETIEN :

La nécessité d'effectuer les contrôles et l'entretien des pièces principales (cadre, système de suspension, tapis, rembourrage et enceinte) au début de chaque saison et le fait que si ces contrôles ne sont pas effectués, le trampoline peut devenir dangereux.

Les contrôles ci-dessous sont également nécessaires et recommandés :

- vérifier le serrage de tous les écrous et boulons et les resserrer si nécessaire ;
- vérifier que toutes les articulations à ressort (pit pin) sont intactes et ne peuvent pas se déloger pendant le jeu ;
- vérifier tous les revêtements et les arêtes vives et les remplacer si nécessaire ;
- conserver le manuel d'instructions d'entretien ;
- Les trampolines extérieurs doivent être équipés d'un dispositif qui, en cas de vent fort, évite le déplacement dû au vent (par exemple, des barres d'acier dans le sol ou des charges telles que des sacs de sable ou des sacs d'eau) et/ou les éléments qui accrochent le vent, tels que le filet et le tapis, doivent être enlevés ;
- dans certains pays, pendant la période hivernale, la charge de neige et les températures très basses peuvent endommager le trampoline. Il est recommandé d'enlever la neige et de ranger le tapis et l'enceinte à l'intérieur ;
- vérifier que le tapis, le rembourrage et l'enceinte ne présentent pas de défauts ; remplacer l'enceinte après 2 ans d'utilisation ;
- s'assurer que les fermetures auto-agrippantes sont correctement fermées pendant l'utilisation du trampoline.
- en cas de vent fort, retirer la clôture et/ou fixer le trampoline au sol.

#### INTRODUCTION :

# J7000 Series

**Avant d'utiliser votre nouveau trampoline, veuillez lire attentivement toutes les informations contenues dans ce manuel.**

Comme pour tout autre type d'activité physique, les participants peuvent se blesser s'ils ne respectent pas les procédures de sécurité. Pour réduire le risque de blessure, veuillez suivre les règles et conseils de sécurité appropriés.

- Une mauvaise utilisation de ce trampoline est dangereuse et peut entraîner des blessures graves.
- Les trampolines, en tant que dispositifs de rebondissement, propulsent les artistes à des hauteurs inaccoutumées et dans une variété de situations.  
Il faut donc être prudent lors de l'exécution de tout type d'exercice sur un trampoline.
- Avant chaque utilisation, inspectez toujours le trampoline pour vérifier que la toile de saut n'est pas usée et qu'il n'y a pas de pièces détachées ou manquantes.
- Instructions d'assemblage, conseils d'entretien et de maintenance, conseils de sécurité, avertissements et sauts/sauts.  
sont toutes incluses dans ce manuel. Tous les utilisateurs et les superviseurs doivent lire et se familiariser avec ces instructions. Toute personne utilisant ce trampoline doit être consciente de ses propres limites physiques.
- Ce trampoline DOIT être placé sur une surface plane ; le non-respect de cette consigne peut entraîner un dysfonctionnement et peut être à l'origine d'un accident.  
entraîner des blessures graves, voire mortelles.

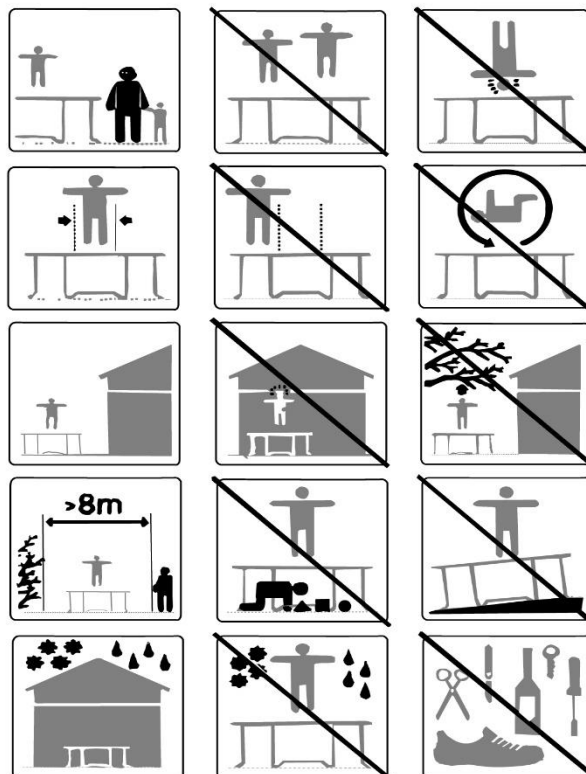
# J7000 Series



PAS PLUS D'UNE PERSONNE À LA FOIS SUR LE TRAMPOLINE ! LA MULTIPLICITÉ DES SAUTEURS AUGMENTE LE RISQUE DE BLESSURES GRAVES.



LA PARALYSIE OU LA MORT PEUVENT SURVENIR SI VOUS ATTERRISSÉZ SUR LA TÊTE OU LE COU ! NOUS VOUS RECOMMANDONS DE NE PAS FAIRE DE SAUTS PÉRILLEUX, CAR ILS AUGMENTENT LES RISQUES D'ATTERRISSAGE SUR LA TÊTE OU LE COU



\*Poids maximum de l'utilisateur : Max 150kg

\*Ne convient pas aux enfants de moins de 36 mois

# J7000 Series

## INFORMATIONS SUR L'UTILISATION DU TRAMPOLINE

Au début, vous devez vous habituer à la sensation et au rebond du trampoline. L'accent doit être mis sur les principes fondamentaux de la position du corps et vous devez pratiquer chaque rebond (les rebonds de base) jusqu'à ce que vous puissiez exécuter chaque compétence avec aisance et contrôle.

**Pour casser un rebond, il suffit de fléchir les genoux avant qu'ils n'entrent en contact avec le tapis de saut.** Il s'agit d'une technique de base qui doit être pratiquée pendant l'apprentissage de chacun des sauts de base. La technique du "freinage" doit être utilisée chaque fois que vous perdez l'équilibre ou le contrôle d'une manœuvre, ou si vous apprenez juste à sauter sur un trampoline. Si vous n'utilisez pas la manœuvre de freinage, vous augmentez le risque de vous blesser en atterrissant sur le cadre, les ressorts ou en sortant complètement du trampoline si vous perdez le contrôle de votre saut. Un saut contrôlé est considéré comme un atterrissage au même endroit que celui d'où vous avez décollé. Si vous perdez le contrôle lorsque vous sautez sur le trampoline, utilisez la manœuvre de "freinage" lorsque vous atterrissez, ce qui vous permettra de reprendre le contrôle et d'arrêter votre saut.

**Sauts périlleux (flips) :** Nous vous recommandons de ne PAS effectuer de sauts périlleux de quelque type que ce soit (vers l'arrière ou vers l'avant) sur ce trampoline. Si vous faites une erreur en essayant de faire un saut périlleux, vous risquez d'atterrir sur votre tête ou votre cou et de vous blesser gravement.

**Objets étrangers :** N'utilisez PAS le trampoline s'il y a des animaux domestiques, d'autres personnes ou des objets sous le trampoline. Cela augmente les risques de blessures. Ne tenez pas d'objets étrangers dans votre main et ne placez pas d'objets sur le trampoline pendant que quelqu'un l'utilise. Faites attention à ce qui se trouve au-dessus de vous lorsque vous utilisez le trampoline. Les branches d'arbres, les câbles ou autres objets situés au-dessus du trampoline augmentent les risques de blessures.

**Nombre de personnes sur le trampoline :** Le trampoline ne doit pas être utilisé par plus d'une personne à la fois. Le fait d'avoir plus d'une personne sur le trampoline en même temps peut augmenter le risque de blessure.

**Mauvais entretien du trampoline :** Un trampoline en mauvais état augmente le risque de blessures. Veuillez inspecter le trampoline avant chaque utilisation pour vérifier que les tubes d'acier ne sont pas déformés, que la toile n'est pas déchirée, que les ressorts sont lâches ou cassés et que le trampoline est globalement stable.

**Emplacement du trampoline :** Le trampoline doit toujours être installé et utilisé sur une surface plane. Le fait de ne pas utiliser le trampoline sur une surface plane peut augmenter les risques de blessures et/ou de dommages au trampoline.

**Conditions météorologiques :** Veuillez tenir compte des conditions météorologiques lorsque vous utilisez le trampoline. Si le tapis du trampoline est mouillé, le sauteur peut glisser et se blesser. Les vents violents peuvent également entraîner une perte de contrôle du trampoline.

**Limiter l'accès :** Lorsque le trampoline n'est pas utilisé, rangez toujours l'échelle d'accès dans un endroit sûr afin que les enfants non surveillés ne puissent pas jouer sur le trampoline.

## CONSEILS POUR RÉDUIRE LES RISQUES D'ACCIDENT

### Jumper :

La clé pour éviter les accidents est de rester maître de ses sauts. NE PAS passer à une manœuvre plus compliquée ou plus difficile avant d'avoir maîtrisé le rebond de base. L'éducation est également la clé de la sécurité et est très importante. Lisez, comprenez et mettez en pratique toutes les précautions et tous les avertissements avant d'utiliser le trampoline. Un saut contrôlé consiste à atterrir et à décoller du même endroit. Pour obtenir des conseils de sécurité et des instructions supplémentaires, contactez un instructeur de trampoline certifié.

# J7000 Series

## Superviseur :

Lorsqu'ils supervisent d'autres utilisateurs du trampoline, les superviseurs doivent comprendre et appliquer toutes les règles et directives de sécurité. Il est de la responsabilité du superviseur de fournir des conseils avisés à tous les utilisateurs du trampoline. Si la supervision n'est pas disponible ou inadéquate, le trampoline peut être stocké dans un endroit sûr, démonté pour empêcher toute utilisation non autorisée, ou recouvert d'une bâche épaisse qui peut être verrouillée ou sécurisée par un cadenas ou des chaînes. Le superviseur doit également s'assurer que la plaque de sécurité est placée sur le trampoline et que les sauteurs sont informés de ces avertissements et instructions.

## INSTRUCTIONS DE SÉCURITÉ POUR LE TRAMPOLINE

### Les sauteurs :

- N'utilisez pas le trampoline si vous avez consommé de l'alcool ou des drogues.
- Retirez tous les objets pointus et durs de votre personne avant d'utiliser le trampoline.
- Vous devez monter et descendre du trampoline de manière contrôlée et prudente. Ne sautez jamais sur le trampoline ou en descendez et n'utilisez jamais le trampoline pour rebondir sur ou dans un autre objet.
- Apprenez toujours le rebond de base et maîtrisez chaque type de rebond avant d'essayer des rebonds plus difficiles. Consultez la section sur les compétences de base pour apprendre à les maîtriser.
- Pour arrêter le rebond, fléchissez les genoux lorsque vous atterrissez sur le tapis de saut.
- Gardez toujours le contrôle lorsque vous rebondissez sur le trampoline. Un saut contrôlé signifie que vous atterrissez au même endroit que celui d'où vous avez décollé. Si, à un moment donné, vous avez l'impression de perdre le contrôle, essayez d'arrêter de rebondir.
- Ne sautez pas ou ne rebondissez pas pendant des périodes prolongées ou à des hauteurs trop élevées pour un certain nombre de sauts consécutifs.
- Gardez les yeux sur le tapis pour garder le contrôle.
- Il n'y a jamais plus d'une personne sur le trampoline à la fois.
- Il faut toujours qu'un superviseur vous surveille lorsque vous êtes sur le trampoline.

### Superviseurs

- Apprenez les sauts de base et les règles de sécurité. Pour prévenir et réduire le risque de blessures, faites respecter toutes les règles de sécurité et veillez à ce que les nouveaux sauteurs apprennent les sauts de base avant d'essayer des sauts plus difficiles et plus avancés.
- Tous les sauteurs doivent être supervisés, quel que soit leur niveau de compétence ou leur âge.
- N'utilisez jamais le trampoline s'il est mouillé, endommagé, sale ou usé. Le trampoline doit toujours être inspecté pour détecter tout signe d'usure avant d'être utilisé.
- Éloignez du trampoline tous les objets qui pourraient gêner le sauteur. Faites attention à ce qui se trouve au-dessus, en dessous et autour du trampoline.
- Pour éviter toute utilisation non surveillée et non autorisée, le trampoline doit être sécurisé lorsqu'il n'est pas utilisé.

# J7000 Series

## Sécurité générale :

Ne rebondissez pas sur le trampoline pendant des périodes prolongées, car la fatigue peut augmenter les risques de blessure. Rebondissez pendant une courte période, puis laissez les autres s'amuser avec vous ! Il ne faut jamais que plus d'une personne rebondisse sur le trampoline.

Les sauteurs doivent porter un t-shirt, un short ou un sweat et des chaussures de gymnastique réglementaires, des chaussettes épaisses ou être pieds nus. Si vous débutez, vous pouvez porter des chemises et des pantalons à manches longues pour vous protéger contre les éraflures et les abrasions jusqu'à ce que vous maîtrisiez la position et la forme correctes de l'atterrissage. Ne portez pas de chaussures à semelles dures, telles que des chaussures de tennis, sur le trampoline, car cela entraînerait une usure excessive du matériau du tapis. Vous devez toujours monter et descendre correctement afin d'éviter les blessures. Pour monter correctement, vous devez PLACER votre main sur le cadre et marcher ou rouler sur le cadre, sur les ressorts et sur le tapis du trampoline. Vous devez toujours vous rappeler de placer vos mains sur le cadre lorsque vous montez ou descendez du trampoline. Ne marchez pas directement sur le coussin du cadre et ne saisissez pas le coussin du cadre. Pour descendre correctement du trampoline, déplacez-vous sur le côté du trampoline et placez votre main sur le cadre comme support, puis descendez du tapis jusqu'au sol. Les enfants en bas âge doivent être aidés pour monter et descendre du trampoline.

Ne rebondissez pas de manière inconsidérée sur le trampoline, car vous risquez de vous blesser. La clé de la sécurité et de l'amusement sur le trampoline est le contrôle et la maîtrise des différents rebonds. N'essayez jamais de dépasser un autre sauteur en termes de hauteur ! N'utilisez jamais le trampoline seul sans surveillance.

## PLACEMENT DU TRAMPOLINE

La hauteur libre minimale requise est de 7,3 mètres (24 pieds). En ce qui concerne le dégagement horizontal, veillez à ce qu'aucun objet dangereux ne se trouve à proximité du trampoline, comme des branches d'arbre, d'autres objets récréatifs (balançoires, piscines), des câbles électriques, des murs, des clôtures, etc. Pour une utilisation en toute sécurité du trampoline, veuillez tenir compte des éléments suivants lorsque vous choisissez l'emplacement de votre trampoline :

- Le trampoline DOIT être placé sur une surface plane pour être utilisé.
- La zone doit être bien éclairée.
- Assurez-vous qu'il n'y a pas d'obstacles sous, au-dessus ou autour du trampoline.

## CLASSIFICATION DES ACCIDENTS

**Montage et démontage :** Soyez très prudent lorsque vous montez et descendez du trampoline. NE montez PAS le trampoline en saisissant le cadre, en marchant sur les ressorts ou en sautant sur le tapis du trampoline depuis un objet (par exemple une terrasse, un toit ou une échelle). Vous augmenterez ainsi les risques de vous blesser ! NE PAS descendre en sautant du trampoline et en atterrissant sur le sol, quelle que soit la nature de celui-ci. Si de jeunes enfants jouent sur le trampoline, ils peuvent avoir besoin d'aide pour monter et descendre.

**Consommation d'alcool ou de drogues :** NE consommez PAS d'alcool ou de drogues lorsque vous utilisez ce trampoline ! Cela augmentera vos risques de blessure car ces substances étrangères altèrent votre jugement, votre temps de réaction et votre coordination physique générale.

**Plusieurs sauteurs :** Si vous avez plusieurs sauteurs (plus d'une personne sur le trampoline à un moment donné), vous augmentez le risque de vous blesser. Les blessures peuvent survenir lorsque vous vous envollez du trampoline, perdez le contrôle, entrez en collision avec le(s) autre(s) sauteur(s) ou atterrissez sur les ressorts.

# J7000 Series

En général, la personne la plus légère sur le trampoline se blesse.

**Frapper le cadre des ressorts :** Lorsque vous jouez sur le trampoline, restez au centre du tapis. Vous réduirez ainsi le risque de vous blesser en atterrissant sur le cadre des ressorts. Le tapis de sol doit toujours recouvrir le cadre du trampoline. Ne sautez pas ou ne marchez pas directement sur la toile de cadre, car elle n'a pas été conçue pour supporter le poids d'une personne.

**Perte de contrôle :** NE PAS tenter de manœuvre difficile, ou de manœuvre quelconque, avant de l'avoir maîtrisée. Si vous ne suivez pas ces directives, vous augmentez le risque de blesser quelqu'un.

## INSTRUCTIONS D'ASSEMBLAGE

Pour assembler ce trampoline, vous aurez besoin de l'outil spécial de chargement des ressorts fourni avec votre produit. Pendant les périodes de non-utilisation, ce trampoline peut être facilement démonté et stocké.

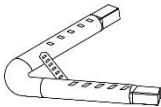





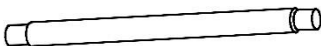

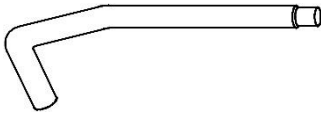
Veillez lire attentivement les instructions d'assemblage avant de commencer à assembler le produit.

## AVANT L'ASSEMBLAGE


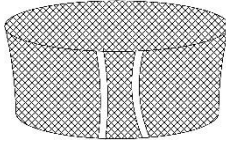


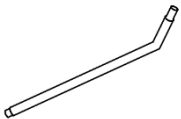
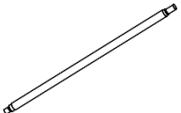
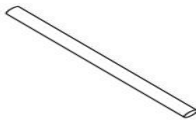
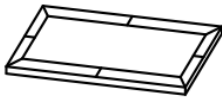
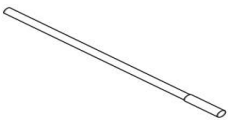
Veillez vous référer au tableau ci-dessous pour les descriptions et les numéros de pièces correspondant à la taille de votre trampoline. Les étapes d'assemblage utilisent ces descriptions et ces numéros comme référence pour vous faciliter la tâche. Assurez-vous d'avoir toutes les pièces listées. S'il vous manque des pièces, contactez-nous immédiatement et n'essayez pas de poursuivre l'assemblage. Afin d'éviter toute blessure aux mains due à des points de pincement pendant l'assemblage, **nous vous recommandons d'utiliser des gants pour protéger vos mains.**

# J7000 Series

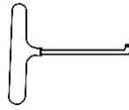

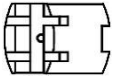


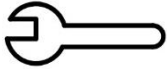

## 2. Liste des pièces

#	Description	Pièces détachées	Taille (en cm)	
			214 x 305	244 x 366
1	Tube d'encadrement angulaire avec étiquette 1		4	4
2	Tube de cadre avec étiquette 2		2	2
3	Tube de cadre avec étiquette 3		2	2
4	Tube de cadre avec étiquette 4		4	4
5	Tube de cadre avec étiquette 5		2	2
6	Tube de jambe avec étiquette 6		2	2
7	Tube à jambe droite avec étiquette 7		4	4
8	Tube de jambe avec étiquette 8		2	2
9	Tube de jambe avec étiquette 9		2	2

# J7000 Series

10	Tube de jambe avec étiquette 10		2	2
11	Filet de sécurité		1	1
12	Tapis de saut		1	1
13	Crochet en acier		240 + un peu de réserve	256 + un peu de réserve
14	Poteau supérieur du filet de sécurité avec mousse et chapeau		8	8
15	Mât inférieur du filet de sécurité avec mousse		8	8
16	Manchon		8	8
17	Coussin d'encadrement		1	1
18	Poteau en fibre de verre			

# J7000 Series

19	Outil à ressort		2	2
20	Vis		16	16
21	Joint en plastique		16	16
22	Joint métallique		16 + un peu de réserve	16 + un peu de réserve
23	Bouchon à vis		16	16
24	Clé à fourche		1	1
25	Manuel d'instruction		1	1

# J7000 Series

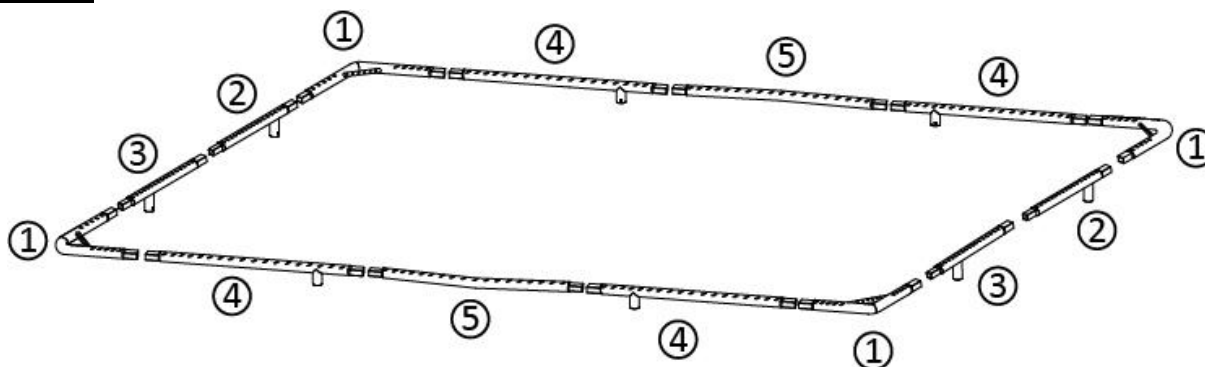
## 3. Assemblée

Installer le trampoline à son emplacement définitif ! Après avoir terminé l'installation, **NE PAS DÉPLACER** le trampoline après l'assemblage ! La tension des ressorts pourrait déformer le cadre. Si vous devez déplacer le trampoline, démontez-le à nouveau ou utilisez au moins 5-6 personnes pour le déplacer uniquement horizontalement. Assurez-vous que le sol est plat à l'endroit où vous installez le trampoline, sinon la tension des ressorts pourrait déformer le cadre.

Nous recommandons : Le trampoline **DOIT** être installé sur une surface gazonnée uniquement. Il n'est pas adapté au béton ou à d'autres surfaces dures.

**AVERTISSEMENT** : 2 à 3 adultes en bonne condition physique sont nécessaires pour l'assemblage suivant. Vous **DEVEZ** porter des chaussures fermées et des gants. Assurez-vous que la zone autour de l'aire de montage est exempte de tout danger susceptible de provoquer une chute ou une perte d'équilibre. Le non-respect de toutes les instructions et de tous les avertissements peut entraîner des blessures graves.

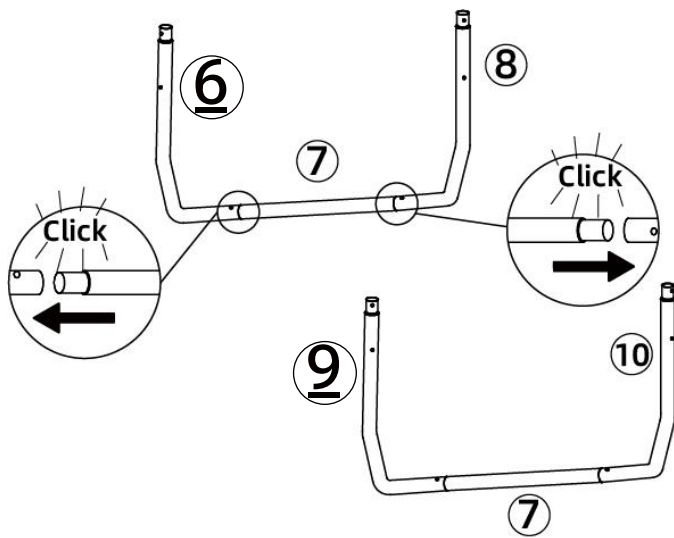
### Étape 1



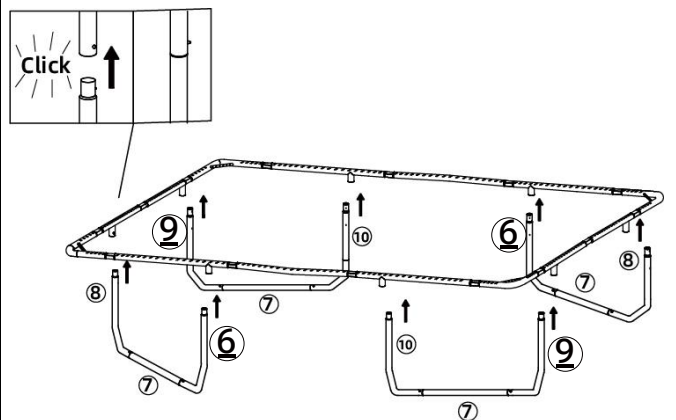
Trouvez tous les tubes du cadre et disposez ces pièces dans un rectangle. Notez que la courbe de la pièce n° 5 est orientée vers l'extérieur. Gardez les côtés du cadre avec les fentes du ressort tournées vers le haut. Connectez chaque tube du cadre dans l'ordre comme indiqué.

# J7000 Series

## Étape 2



## Étape 3

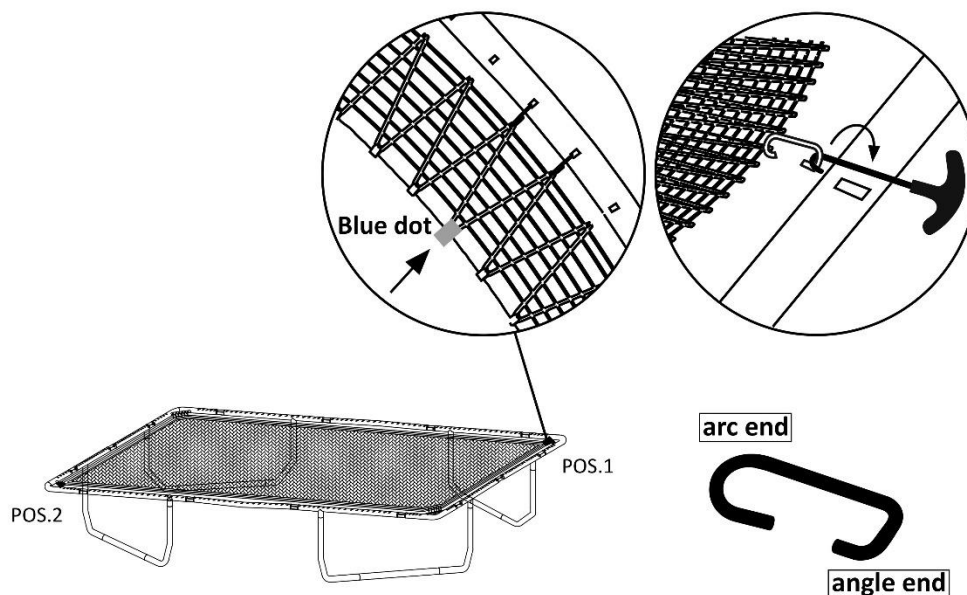


Insérer le tube de jambe droite dans les tubes de jambe. S'assurer que la goupille est bloquée.

Soulevez le cadre dans un coin coudé et insérez les tubes des jambes dans le tube soudé. Relier ensuite le tube de jambe en diagonale à l'aide de la même étiquette. Répéter l'opération pour raccorder le reste des tubes de jambe.

**Remarque : deux personnes ou plus sont nécessaires pour soulever le cadre du côté opposé.**

## Étape 4



# J7000 Series

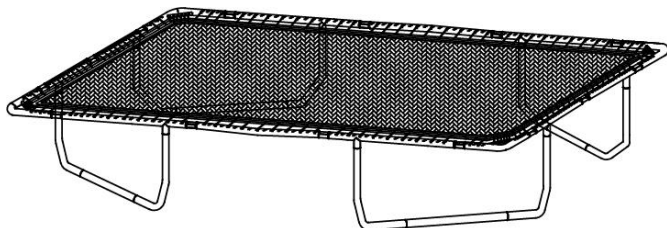
Placez le tapis de saut à l'intérieur du tube du cadre.

Repérez les quatre points bleus dans les coins. Attachez l'extrémité en arc des crochets en acier aux boucles du filet élastique à côté d'un point bleu. Veillez à ce que les crochets en acier soient orientés vers le bas. Les extrémités de l'angle sont attachées aux deux trous au milieu du tube du cadre d'angle. Chargez les autres crochets en acier pour ce tube de cadre d'angle. Fixez ensuite tous les arceaux en acier à l'angle opposé. Fixer ensuite les deux autres angles de la même manière.

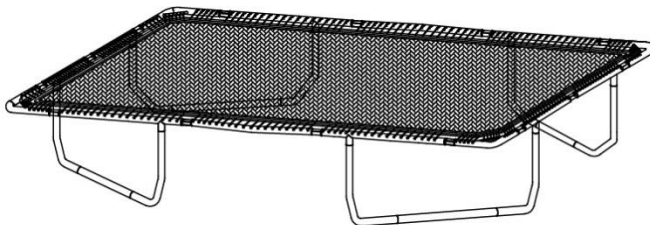
**Remarque :** Les deux extrémités du filet élastique présentent une partie de chevauchement qui nécessite un crochet en acier pour attacher deux boucles.

**IMPORTANT :** Afin d'attacher les crochets en toute sécurité, veuillez utiliser l'outil de crochet en acier fourni et porter des gants pour protéger vos mains. Le trampoline étant soumis à une forte tension, un effort supplémentaire est nécessaire pour fixer les crochets en acier au cadre. Veillez à ne pas vous pincer les doigts ou à ne pas glisser. Des blessures graves peuvent survenir.

## Étape 5



## Étape 6



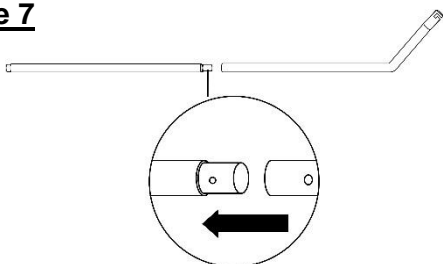
Répéter l'opération pour fixer les crochets en acier aux trous correspondants sur le tube du cadre, en alternance.

Pour faciliter l'assemblage, nous suggérons que lorsqu'un adulte attache les crochets en acier, un autre adulte aide à fixer le cadre de côté pour éviter que le trampoline ne bouge et attache les crochets en acier en même temps à l'aide d'un autre outil pour crochets en acier.

Fixez uniformément le crochet en acier restant.

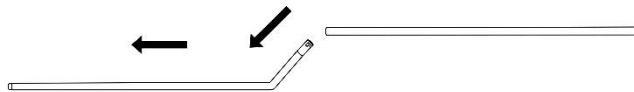
# J7000 Series

## Étape 7



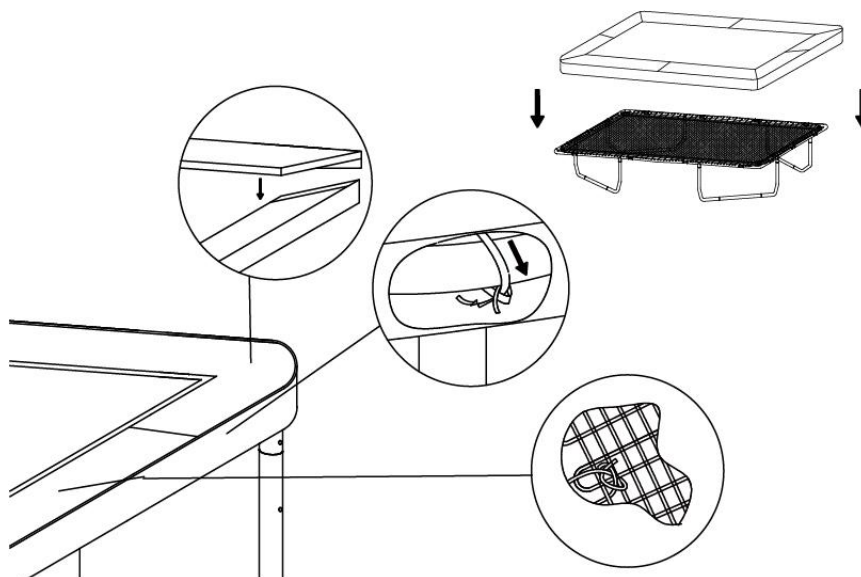
Relier chaque poteau de sécurité supérieur et inférieur à l'aide d'une goupille et s'assurer que la goupille est verrouillée.

## Étape 8



Recouvrir l'ensemble du poteau d'un manchon.

## Étape 9



Poser le tampon du cadre sur le filet élastique, les rabats étant suspendus à l'extérieur du cadre.

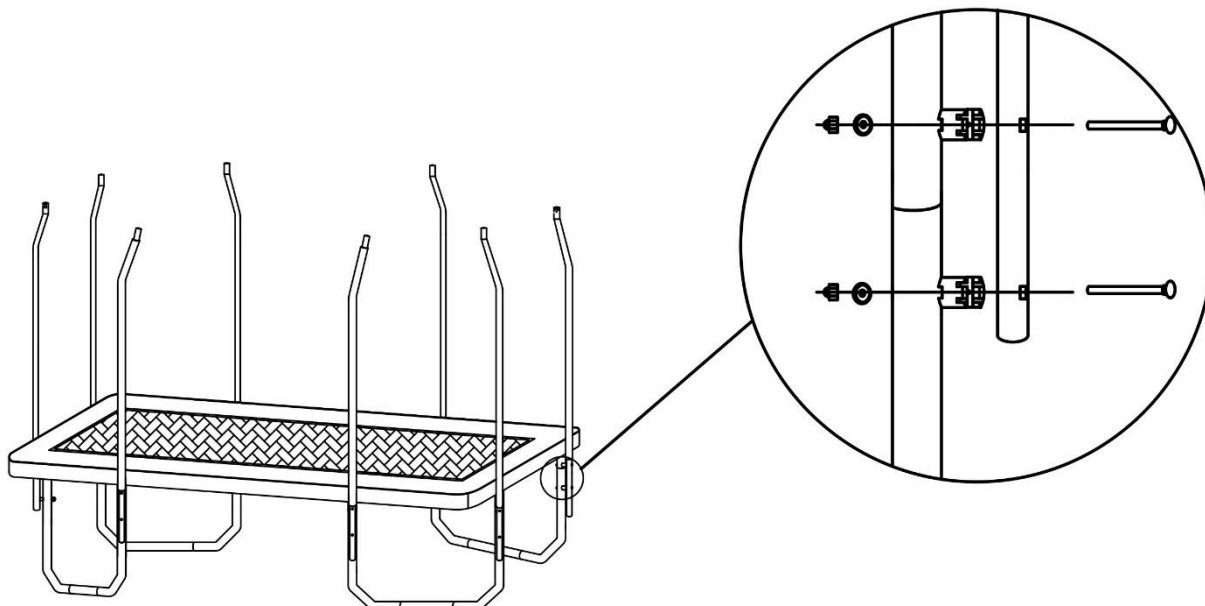
Collez fermement le velcro sur les deux extrémités du tampon du cadre.

Passer les bandes élastiques sur le cercle intérieur du dos du rembourrage à travers la maille élastique et les attacher fermement.

Attacher toutes les bandes noires du cercle extérieur du dos du rembourrage aux tubes du cadre.

# J7000 Series

## Étape 10

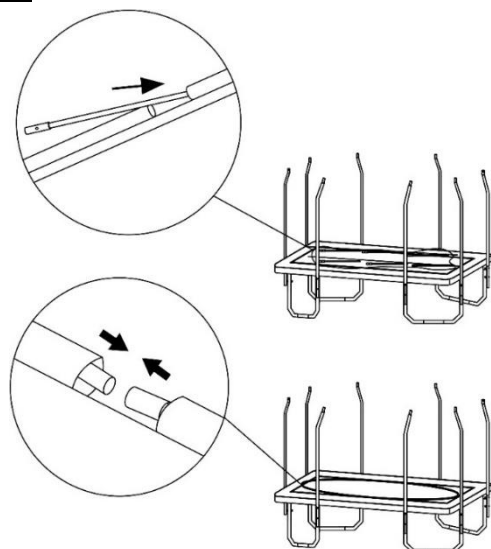


Serrez le poteau de sécurité à l'aide des jeux de vis fournis, comme indiqué sur l'image.

La vis passe par le trou au bas du poteau de sécurité inférieur, le joint en plastique, les trous du tube soudé et des tubes de la jambe, le joint métallique et le bouchon de la vis.

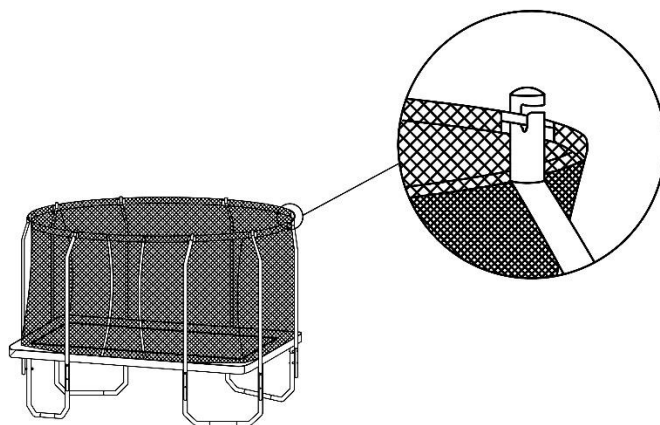
**Note : Si nécessaire, serrer les vis avec des joints métalliques de rechange.**

## Étape 11



Insérer un par un les poteaux en fibre de verre dans le passage supérieur du filet de sécurité. Relier les extrémités de deux poteaux en fibre de verre à l'aide d'un connecteur en argent. (S'il y a un poteau plus court, il faut l'assembler en dernier).

## Étape 12

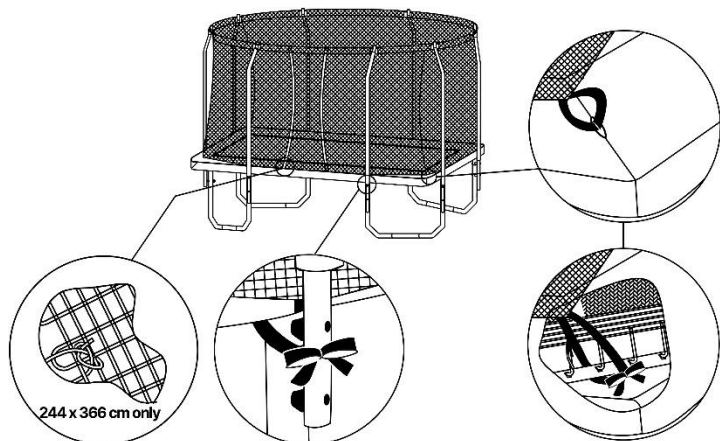


Tenez-vous debout sur le tapis de saut, puis prenez les poteaux en fibre de verre du filet de sécurité et insérez-les un par un dans les chapeaux noirs.

**Note : Assurez-vous que l'entrée du filet de sécurité se trouve au milieu et entre les deux tubes des jambes du côté long.**

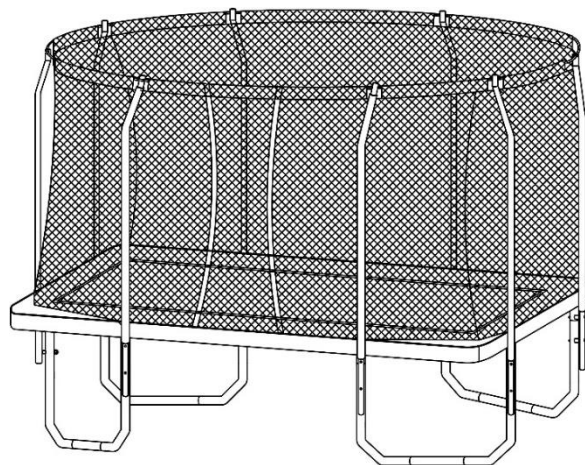
# J7000 Series

## Étape 13



Attachez la sangle noire au bas du filet de sécurité aux tubes soudés des tubes du cadre. Passez l'autre sangle aux quatre coins du filet de sécurité à travers les trous de la couture des quatre coins du cadre. Attachez-les ensuite à la barre du tube d'angle du cadre. Si vous avez acheté le 244 x 366 cm, attachez les sangles restantes au filet élastique du tapis de saut.

## Étape 14



L'installation de votre trampoline est maintenant terminée. Profitez-en !