

Original Manual



9064925

DK/N: Trampolin (Original)

S: Studsmatta (Översättning)

D: Trampolin (Übersetzung)

GB: Trampoline (Translation)

244 x 366 cm



DK

S

D

GB

www.p-lindberg.dk

www.p-lindberg.no

www.p-lindberg.se

www.p-lindberg.de

Kontakt Danmark:

P. Lindberg A/S
Sdr. Ringvej 1
6600 Vejen
Tlf. 70 21 26 26
Fax 70 21 26 30
salg@p-lindberg.dk
www.p-lindberg.dk

Kontakt Norge:

P. Lindberg
Doneheia 62
4516 Mandal
Telefon: 21 98 47 47
hei@lindberg.no
www.p-lindberg.no

Kontakt Sverige:

P. Lindberg Sverigefilial
Myrangan 4
745 37 Enköping
Tel. 010-209 70 50
order@p-lindberg.se
www.p-lindberg.se

Kontakt Deutschland:

P. Lindberg GmbH
Flensburger Straße 3
24969 Großenwiehe
Tel: 04604 – 9888 975
Fax: 04604 – 9888 974
kontakt@p-lindberg.de
www.p-lindberg.de

Trampolin - Varenr. 9064925

Beskrivelse: Trampolin 2,44 x 3,66 meter med sikkerhedsnet. Max. kapacitet 150 kg.
Antal fjedre: 72 stk.

Anvendelsesområder: Til haven. Passer til JumpXfun selesystem.

Tilsløst brug: Må kun monteres og anvendes som beskrevet i brugsanvisningen.

Indhold

Sikkerhedsinstruktioner	2
Advarsler	2
Instruktioner	2
Vedligeholdelse	3
Anvendelse af trampolin	3
Sikkerhedsinstruktioner	5
Komponentliste	6
Montering	8
Brug af trampolinen	13
EU overensstemmelseserklæring.....	16



**Læs brugsanvisningen inden montering og ibrugtagning!
Husk at bruge handsker ved monteringen for at undgå at klemme
fingrene samt at være mindst to voksne om opgaven.**

Sikkerhedsinstruktioner

Advarsler

- Max. 150 kg.
- Kun til privat brug.
- Kun til udendørs brug.
- Ikke egnet til børn under 3 år – små dele.
- Trampolinen skal monteres af en voksen jf. instruktionerne og herefter kontrolleres inden den tages i brug.
- Må kun anvendes af én person ad gangen. Kollisionsfare.
- Luk altid netåbningen inden der hoppes.
- Hop uden sko.
- Brug ikke springdugen hvis den er våd.
- Tøm lommer og hænder inden der hoppes.
- Hop altid midt på trampolinen.
- Spis ikke mens der hoppes.
- Hop ikke for længe ad gangen (hold jævnligt pauser).
- Anvend ikke i stærk vind og fastgør trampolinen.

Instruktioner

- Trampolinen er ikke beregnet til nedgravning.
- Hvis trampolinen skal flyttes efter montering, skal mindst 4 personer, jævnt fordelt, løfte trampolinen fra jorden og flytte den horisontalt.
- Det anbefales at placere trampolinen på et plant underlag mindst to meter fra enhver form for struktur eller forhindring som hegn, garage, hus, overhængende grene, tøjsnore eller el-ledninger.
- Trampolinen må hverken opstilles på beton, asfalt eller anden hård overflade eller i nærheden af andre installationer som soppebassiner, gynger, rutsjebaner eller klatrestativer.
- Ændringer udført af forbrugeren på den originale trampolin (f.eks. tilbehør), skal udføres jf. producentens instruktioner.

Vedligeholdelse

Udfør eftersyn og vedligeholdelse af hovedkomponenter som stel, samlinger, springdug, kantmåtte og net før hver sæsonstart, da trampolinen ellers kan blive farlig at anvende.

- Kontroller alle møtrikker og bolte og efterspænd ved behov.
- Kontroller at alle fjederbelastede samlinger er intakte og ikke kan løsne sig ved leg på trampolinen.
- Kontroller alle betræk og skarpe kanter og udskift ved behov.
- Gem brugsanvisningen.
- Udendørstrampoliner skal sikres i stærk vind. F.eks. med en jernstang i jorden eller sandsække). Alternativt skal dele, som kan fange vinden fjernes (net og springdug).
- Vær opmærksom på at sne og frost kan ødelægge trampolinen. Det anbefales at fjerne sne og opbevare springdug, kantmåtte og net indendørs.
- Kontroller at springdug, kantmåtte og net er intakt. Udskift nettet efter to år.
- Sørg for at velcro-lukninger er korrekt lukket.
- I hård vind skal trampolinen tages ned eller spændes fast til jorden.

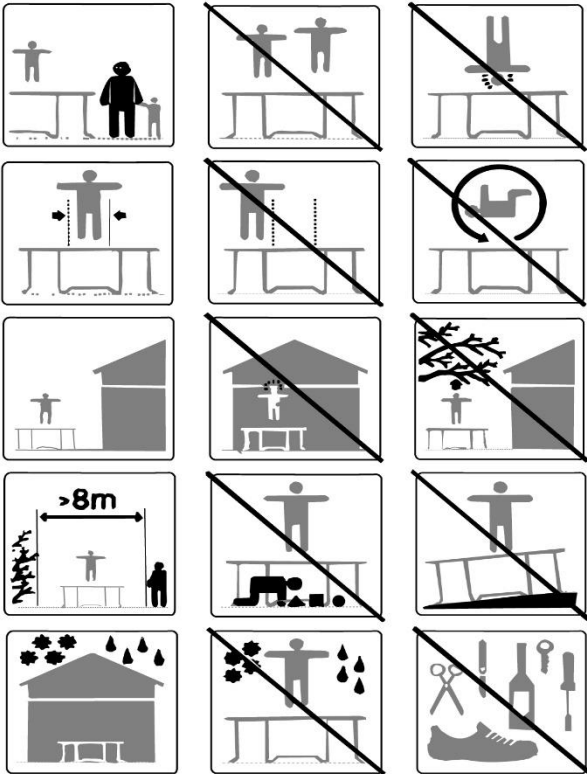
Anvendelse af trampolin



Max. 1 person på trampolinen ad gangen. Flere brugere øger risikoen for alvorlig personskade.



Man kan blive lam eller dø hvis man lander på hovedet eller nakken. Vi anbefaler, at man ikke laver saltomortaler, da det øger risikoen for lande på hovedet eller nakken.



For at nedsætte risikoen for skader tilrådes det, at øve sig i at have kontrol over sine spring før man øger sværhedsgraden af springene. Læs, forstå og overhold sikkerhedsinstruktioner og advarsler inden trampolinen tages i brug.

Det er ligeledes vigtigt at børn er under opsyn af en ansvarlig voksen, der kan vejlede i teknik og sikkerhed på trampolinen.

Hvis trampolinen er uden opsyn, bør den være utilgængelig og ikke kan anvendes.

Sikkerhedsinstruktioner

Brugere

- Anvend ikke trampolinen efter indtagelse af alkohol.
- Fjern alle skarpe objekter før trampolinen anvendes.
- Stig op på og ned fra trampolinen på en kontrolleret måde og brug aldrig trampolinen som redskab til at springe op på eller ned i andre objekter.
- Start med at øve de basale spring og hav styr på dem, inden der fortsættes til mere krævende øvelser.
- Et spring standses ved at bøje i knæene når man lander på springdugen.
- Sørg for at have kontrol over springene. Det har man når man lander samme sted, som man sætter af. Mister man kontrollen, forsøg da altid at standse springet.
- Spring ikke i for lang tid ad gangen. Hold pauser.
- Hold øjnene rettet mod springdugen for at bevare kontrollen.
- Der må kun være én person på trampolinen ad gangen.
- Hav altid en person til at holde opsyn, når trampolinen anvendes.

Opsyn

- Opsynshaver skal sætte sig ind i de basale spring og sikkerhedsregler for at kunne vejlede og instruere nybegyndere på trampolinen.
- Der bør altid holdes opsyn med alle brugere af trampolinen, uanset deres alder og evner.
- Anvend aldrig trampolinen hvis den er våd, beskadiget, snavset eller slidt og skal altid kontrolleres for tegn på slitage før hver anvendelse.
- Hold objekter, som brugeren kan komme i kontakt med, væk fra trampolinen. Hold også øje med objekter, der befinder sig over, under eller rundt om trampolinen.

Generelt

Det anbefales at bære T-shirt, shorts, træningstøj og gymnastisko, tykke sokker eller at være barfodet.

Stig altid op og ned ved at placere hænderne på stellet og enten træde eller rulle op på stellet, over fjedrene og ud på springdugen. Træd aldrig op på kantmåtten og tag heller ikke fat i den. Små børn bør hjælpes op og ned.

Hop ikke ukontrolleret på trampolinen da dette øger risikoen for at komme til skade.


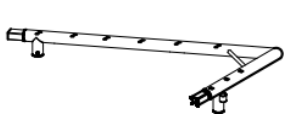
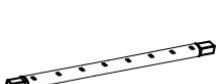






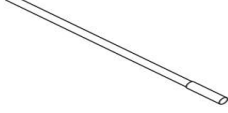
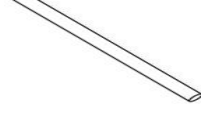
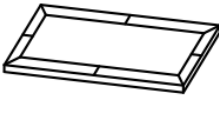



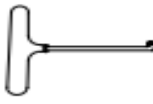
Placering af trampolinen



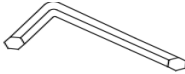
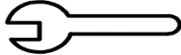

Sørg for at der er mindst 7,3 meter fri luft over trampolinen. Sørg for at der ikke befinder sig potentielt farlige objekter tæt på, rundt om trampolinen. F.eks. træer, gyngestativer, swimmingpools, el-ledninger, mure, hegn etc.

- ❖ Trampolinen skal stå på et plant underlag.
- ❖ Området skal være godt belyst,
- ❖ Sørg for at der ikke befinder sig forhindringer under, over eller omkring trampolinen

Komponentliste

Venligst kontroller, at alle dele er omfattet af leveringen:

1  "L" formet stelrør type 1 (2 stk)	 "L" formet stelrør type 2 (2 stk)	2  Lige stel rør (2 stk kort)	3  Stel rør med lille runding (2 stk lang)
4  Forlængerstykker til benene (8 stk)	5  W" formede ben mrk. ① (2 stk)	 W" formede ben mrk. ② (2 stk)	6  Stænger til den øverste del af nettet med skum og snaplås (8 stk)
7  Stænger til den nederste del af nettet med skum (8 stk)	8  Fiberglas stænger (inkluderet)	9  Betræk til net-stænger (8 stk)	10  Kantmåtte (1 stk)
11  Springdug (1stk)	12  Sikkerhedsnet (inkl. sort snor) (1stk)	13  Fjedere (72 stk)	14  Fjedermonteringsværktøj (1 stk)

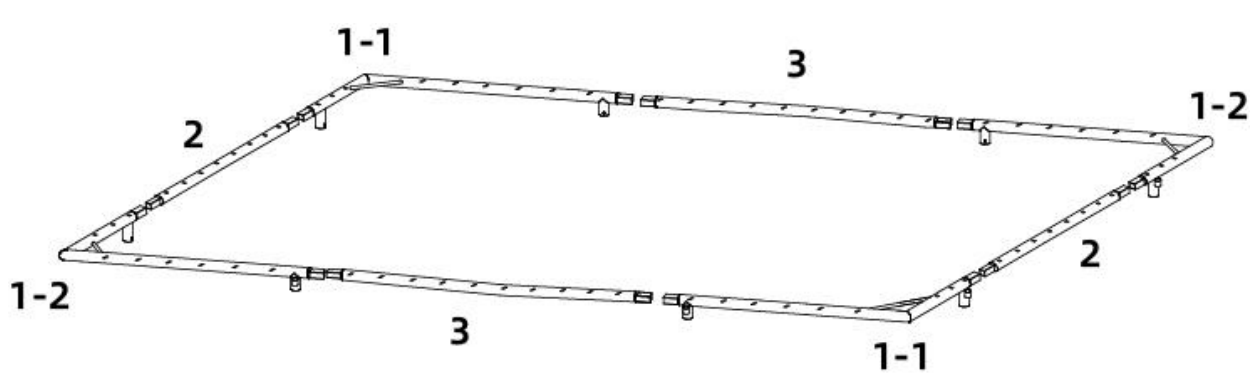
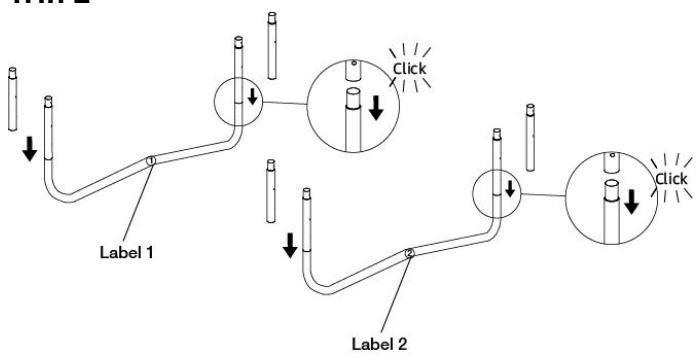
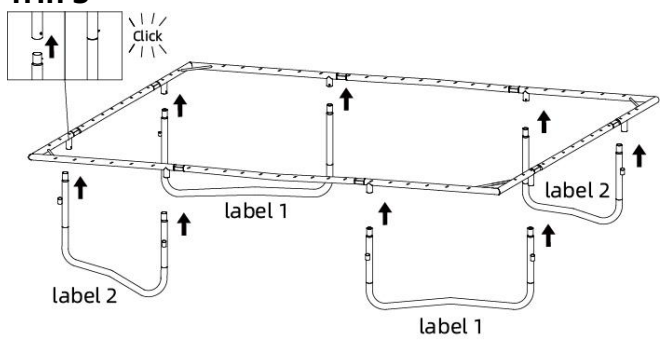
<p>15</p>  <p>Skruer (8 stk)</p>	 <p>Top møtrik (8 stk)</p>	<p>16</p>  <p>Unbrakonøgle (1 stk)</p>	<p>17</p>  <p>Skruenøgle (1stk)</p>
<p>18</p>  <p>Brugsanvisning (1 stk)</p>			

Montering

Det er vigtigt at trampolinen samles på det sted, hvor man ønsker den placeret! Efter opstilling må trampolinen ikke flyttes! Fjedrene kan ellers trække stellet skævt. Hvis trampolinen skal flyttes, skal den adskilles igen alternativt kan 5-6 personer bære den vandret. Sørg for at underlaget er plant, ellers kan fjedrene trække stellet skævt.

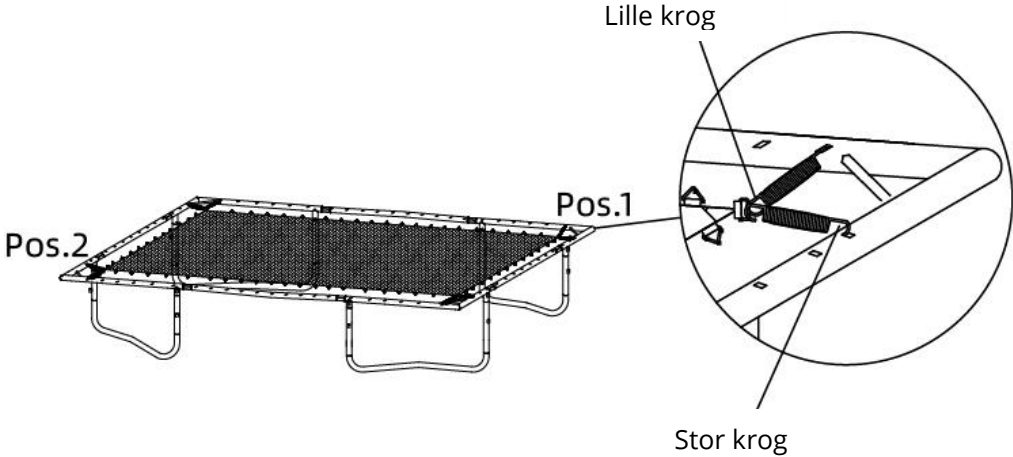
Trampolinen skal stå på græs. Den er ikke egnet til opstilling på beton eller anden hård overflade.

Det anbefales at være 2-3 voksne mennesker i god fysisk form til monteringen. Bær lukkede sko og handsker. Kontroller at området omkring monteringsstedet er fri for forhindringer, der kan medføre fald eller tab af balance. Følges disse instruktioner og advarsler ikke, kan det medføre alvorlig tilskadekomst.

Trin 1 	
Find alle rørene til stellet (del 1-3) og læg rørene ud i et rektangel. Bemærk at buen på del nr. 3, skal vende udad. Sørg for at åbningerne til fjedrene vender opad. Forbind alle rørene som vist.	
Trin 2 	Trin 3 

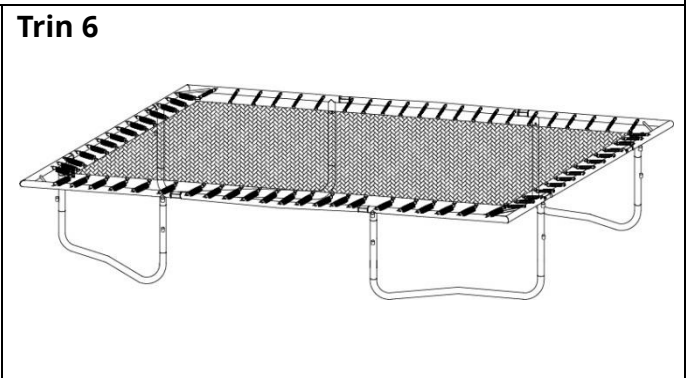
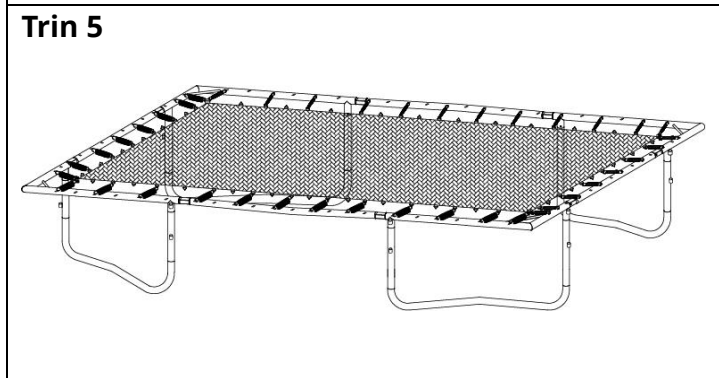
<p>Sæt benforlængerne i de "W"-formede ben som vist. Kontroller at låsestiften låser dem sammen.</p>	<p>Løft stellet op på siden og sæt benene i de påsvejsede rør.</p> <p>Forbind herefter benene diagonalt som vist på tegningen. Gentag med resten af benene.</p> <p>Bemærk at der skal 2 eller flere personer til at løfte stellet op på siden.</p>
--	---

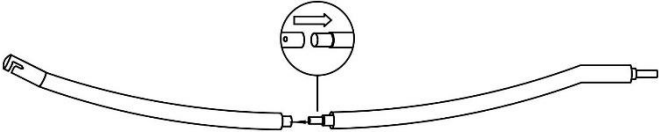
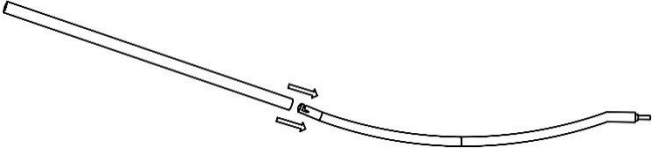
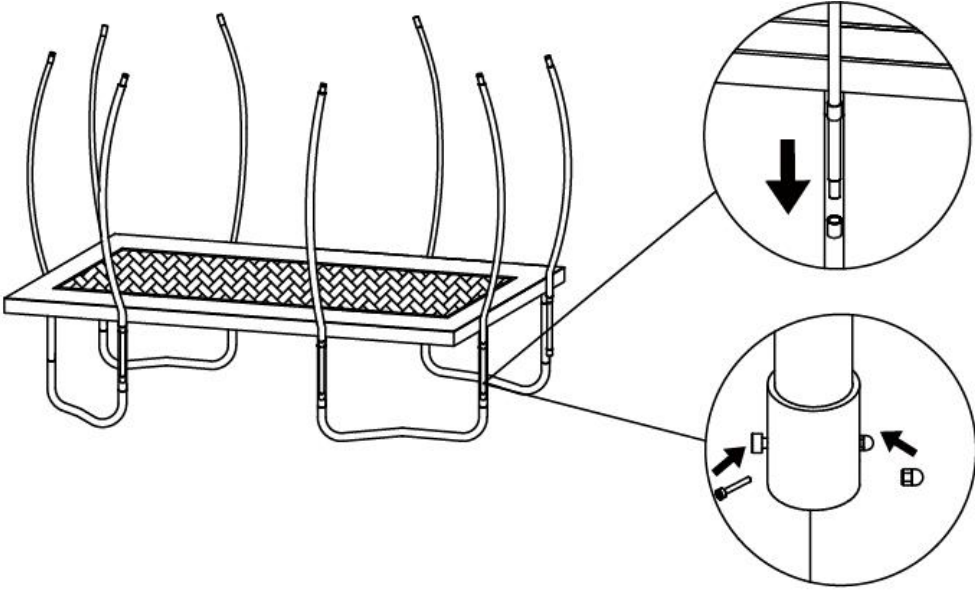
Trin 4



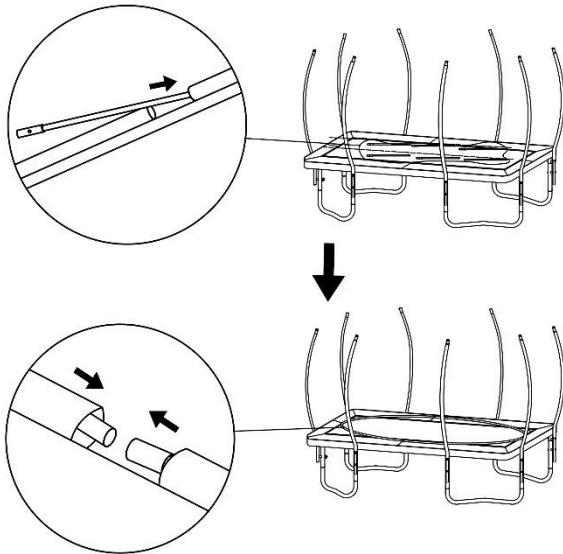
Læg springdugen ind i rammen.
 Forbind fjederens lille krog til den firkantede ring i hjørnet af springdugen og den store krog forbindes til hullet i hjørnet af rammen. Anvend fjedermonteringsværktøjet. Forbind herefter endnu en fjeder til den samme firkantede ring, som vist i tegningen. Isæt herefter på samme måde fjedere i det diagonalt modsatte hjørne af springdugen. Forbinde de to andre hjørner på samme måde.

VIGTIGT: DER SKAL BÆRES HANDSKER I DENNE ARBEJDSGANG FOR AT UNDGÅ AT KLEMME HÆNDER OG FINGRE SAMT ANDRE SKADER.



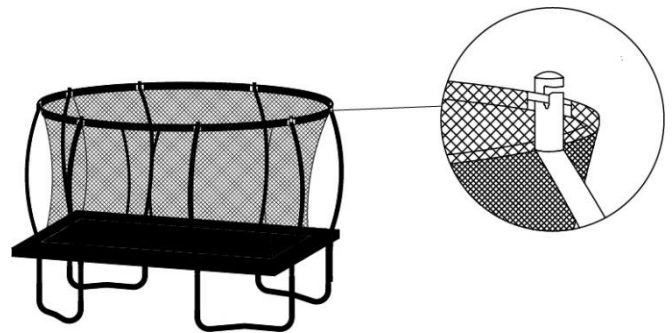
<p>Fortsæt med at forbinde fjedrene til de tilsvarende huller i stellet, skiftevis overfor hinanden. Lille krog i springdugen, stor krog i stellet.</p>	<p>Forbind de resterende fjedre i et jævnt mønster.</p> <p>ADVARSEL: Trampolinen er under kraftig spænding, og det kan kræve kræfter at forbinde fjedrene til stellet. Vær forsigtig så fingrene ikke kommer i klemme eller glider. Man kan komme alvorligt til skade.</p>
<p>Trin 7</p> 	<p>Trin 8</p> 
<p>Forbind de øvre- og nedre netstænger og kontroller at de låser sig sammen ved hjælp af stiften.</p>	<p>Sæt betræk på den samlede stang.</p> <p>Bemærk: Snaplåsen skal stikke ud af betrækket.</p>
<p>Trin 9</p> 	
<p>Spænd netstængerne på benene med skrue og topmøtrik med unbrakonøgle og skruenøgle.</p>	

Trin 10



Isæt fiberglasstængerne i den øverste løbegang på sikkerhedsnettet, én efter én. Lad nettet ligge på springdugen. Forbind stængernes sølvfarvede ender (Hvis én stang er kortere end de andre, skal den isættes til sidst).

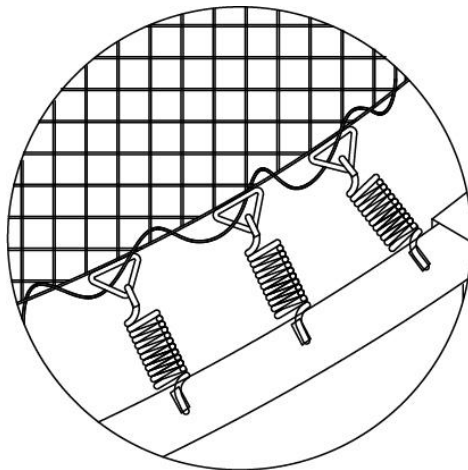
Trin 11



Stå på springdugen og løft nettet med fiberglasstænger op og sæt dem i snaplåsene én efter én.

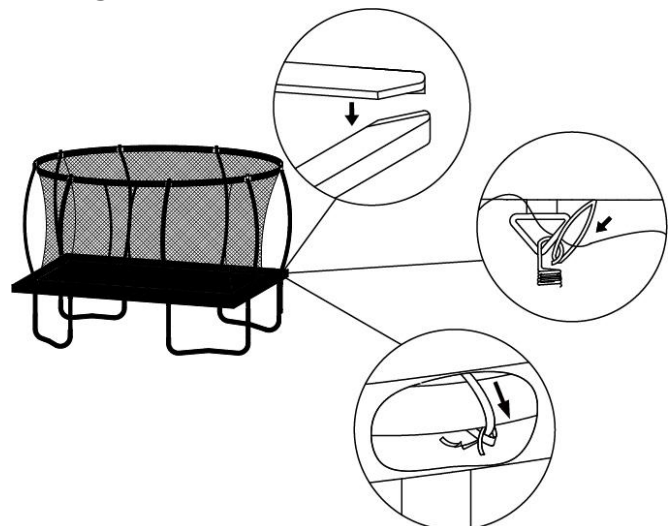
Bemærk: Sørg for at sikkerhedsnettets åbning befinder sig midt på én af springdugens langsider.

Trin 12



Sæt den sorte snor gennem de nederste huller i sikkerhedsnettet og de trekantede ringe i springdugen, start ved indgangen og fortsæt indtil alle de trekantede ringe er forbundet til nettet.

Trin 13

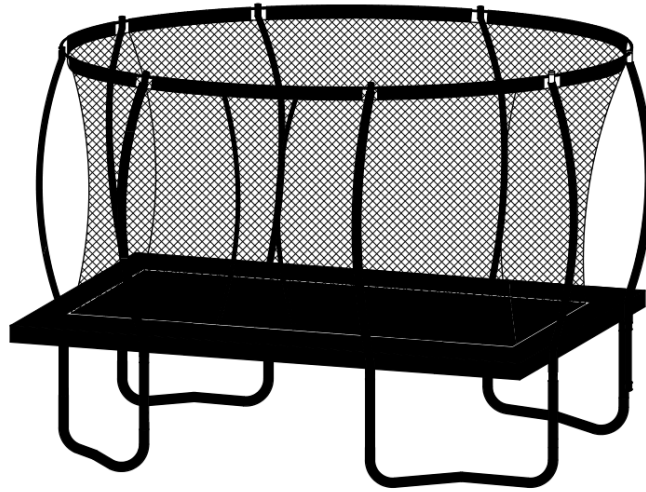


Læg kantmåtten ud oven på fjedrene med flapperne hængende ud over rammens yderside. Saml velcroen tæt på begge sider af stellet.

Forbind alle elastikker under kantmåtten til nærmeste fjederkrog.

Bind alle sorte bånd under kantmåtten til rammen.

Trin 14



Brug af trampolinen

Op- og nedstigning

Kravl forsigtigt op på trampolinen.

Grib aldrig fat i kantpudden, træd ikke på fjedrene, og hop aldrig ned på trampolinen fra et andet sted, f.eks. et hustag eller en stige.

Hjælp altid mindre børn ved op- og nedstigning.

Beklædning

Bær t-shirt og shorts/træningsbukser, og hav bare fødder, eller brug gymnastiksko. Nybegyndere bør bære langærmet tøj for at undgå rifter og hudafskrabninger.

Grundlæggende spring

Væn dig til fornemmelsen af at hoppe på trampolinen, og bliv helt fortrolig med de grundlæggende spring.

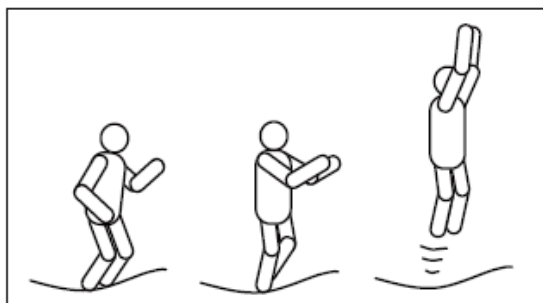
Et kontrolleret spring er, når man lander samme sted, som man satte af fra.

Spring altid i midten af måtten, ikke ude ved kanten eller på fjedrene. Stop springet, hvis du ikke kan holde det inde ved midten. Måtten er forsynet med et hvidt kryds, der hjælper dig til at holde dig på det rigtige sted.

Du kan stoppe et spring ved at bøje helt i knæene, når du rammer måtten. Øv denne teknik sammen med de grundlæggende spring. Det er meget vigtigt at kunne stoppe et spring, før det kommer ud af kontrol!

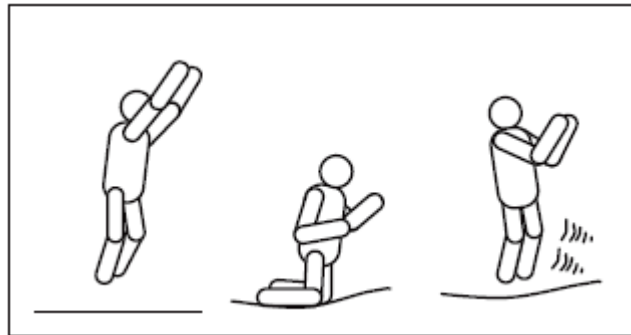
Basisspring

- Start fra stillestående position. Spred benene, så fødderne er din egen skulderbredde fra hinanden. Løft hovedet, og hold øjnene rettet mod måtten.
- Sving armene fremad, op og rundt i cirkelbevægelser.
- Saml fødderne, mens du er i luften, og peg tærne nedad. Fødderne skal være din egen skulderbredde fra hinanden, når du igen lander på måtten.



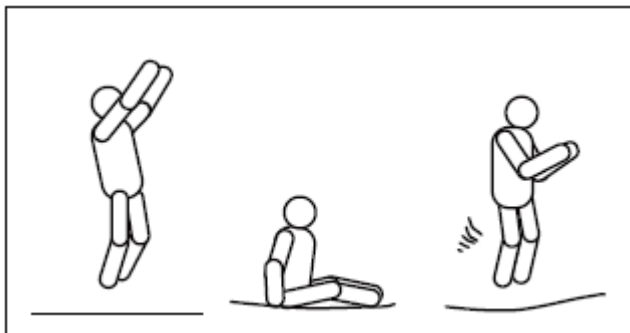
Knæspring

- Udfør et basisspring, men hop ikke ret højt op.
- Land på knæene. Hold ryggen ret, brug armene til at holde balancen, og spring tilbage til basisposition ved at løfte armene.



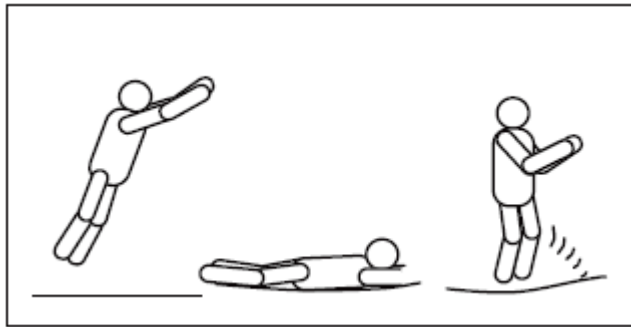
Siddespring

- Udfør et basisspring, og land i siddende stilling.
- Placer hænderne på måtten ud for hoften.
- Vend tilbage til basisposition ved at skubbe fra med hænderne.



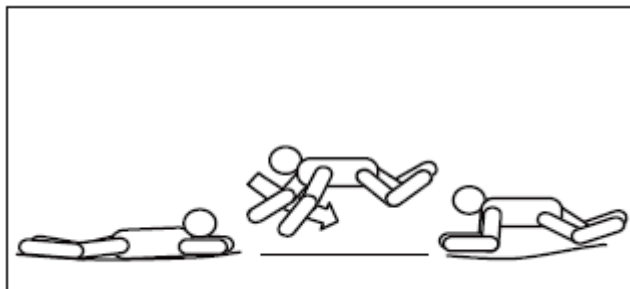
Faldspring

- Spring fremad, og land på maven med ansigtet mod måtten.
- Hold armene strakt fremad.
- Vend tilbage til basisposition ved at skubbe fra med hænderne.



180°-spring

- Udfør et faldspring, men skub fra med venstre eller højre hånd, alt efter hvilken vej du vil dreje.
- Hovedet skal holdes oppe, skuldrene skal holdes i samme stilling, og ryggen skal hele tiden være parallel med måtten.
- Land på maven. Vend tilbage til basisposition ved at skubbe fra med hænderne.






Avancerede spring

Hvis du vil udføre mere avancerede spring, skal du kunne udføre alle de grundlæggende spring kontrolleret.

Kontakt en uddannet instruktør for at få undervisning i mere avancerede spring.

EU overensstemmelseserklæring

EU OVERENSSTEMMELSESERKLÆRING 	
Fabrikant: P. Lindberg A/S Sdr. Ringvej 1 6600 Vejen Tlf.: 70212626 E-mail: salg@p-lindberg.dk CVR: 25903110 www.p-lindberg.dk	
Erklærer herved at følgende maskine:	<i>Trampolin 2,44 x 3,66 PL varenummer 9064925</i>
Type / model:	<i>HRP-81201S</i>
Er i overensstemmelse med følgende direktiver:	<i>2009/48/EC</i>
Anvendte standarder og normer:	<i>EN 71-1:2014+A1 EN 71-2:2011+A1 EN 71-3:2019 EN 71-14:2018</i>
Dato og ansvarlig underskrift:	<i>Vejen d. 05-11-2021</i> P. Lindberg A/S  Erik T Launtsen Direktør 

Vi forbeholder os ret til uden foregående varsel at ændre de tekniske parametre og specifikationer for dette produkt.

S

Bruksanvisning

(Översättning av original dansk
bruksanvisning)



Studsmatta – art. 9064925

Beskrivning: Studsmatta 2,44 x 3,66 meter med säkerhetsnät. Max. kapacitet 150 kg.
Antal fjädrar: 72 st.

Användningsområde: För trädgården. Passar till JumpXfun selsystem.

Avsedd användning: Får endast monteras och användas så som beskrivs i
bruksanvisningen.

Innehåll

Säkerhetsanvisningar.....	2
Varningar	2
Instruktioner	2
Underhåll	3
Användning av studsmattan.....	3
Säkerhetsanvisningar.....	5
Komponentlista	6
Montering	8
Användning av studsmattan.....	13
EU-försäkran om överensstämmelse.....	16



**Läs bruksanvisningen innan montering och användning!
Kom ihåg att använda handskar vid monteringen för att undvika att
klämma fingrarna samt att vara minst två vuxna som hjälps åt att
utföra uppgiften.**

Säkerhetsanvisningar

Varningar

- Max. 150 kg.
- Endast för privat bruk.
- Endast för utomhusbruk.
- Inte lämplig för barn under 3 år – små delar.
- Studsmattan ska monteras av en vuxen i enlighet med anvisningarna och därefter kontrolleras innan den börjar användas.
- Får endast användas av en person i taget. Kollisionsrisk.
- Stäng alltid nätöppningen innan du börjar hoppa.
- Hoppa utan skor.
- Använd inte hoppduken om den är blöt.
- Ha ingenting i fickorna eller händerna vid hoppning.
- Hoppa alltid i mitten av studsmattan.
- Ät inte samtidigt som du hoppar.
- Hoppa inte för lång stund åt gången (ta regelbundna pauser).
- Använd inte i stark vind och säkra studsmattan.

Instruktioner

- Studsmattan är inte avsedd att grävas ner i marken.
- Om studsmattan ska flyttas efter montering ska minst fyra personer, jämnt fördelade, lyfta studsmattan från marken och flytta den horisontellt.
- Det rekommenderas att placera studsmattan på ett plant underlag minst två meter från alla typer av byggnader eller hinder som staket, garage, hus, överhängande grenar, klädstretch eller elledningar.
- Studsmattan får varken ställas på betong, asfalt eller andra hårda underlag eller i närheten av andra installationer som dammar, gungor, rutschkanor eller klätterställningar.
- Ändringar som utförs av konsumenten på den ursprungliga studsmattan (till exempel tillbehör) ska utföras enligt tillverkarens instruktioner.

Underhåll

Utför kontroll och underhåll av huvudkomponenter som ram, monteringar, hoppduk, kantmatta och nät före varje säsongstart eftersom studsattan annars kan bli farlig att använda.

- Kontrollera alla muttrar och bultar och efterspänn vid behov.
- Kontrollera att alla fjäderbelastade monteringar är intakta och inte kan lossna vid lek på studsattan.
- Kontrollera alla överdrag och vassa kanter och byt ut vid behov.
- Spara bruksanvisningen.
- Studsmattor utomhus ska säkras vid hård vind. Till exempel med ett järnspett i marken eller sandsäckar). Alternativt ska delar som kan fångas av vinden avlägsnas (nät och hoppduk).
- Var uppmärksam på att snö och frost kan förstöra studsattan. Det rekommenderas att ta bort snö och förvara hoppduk, kantmatta och nät inomhus.
- Kontrollera att hoppduk, kantmatta och nät är intakta. Byt ut nätet efter två år.
- Var noga med att alla kardborrelåsningar är korrekt stängda.
- I mycket blåsigt väder ska studsatta plockas ned eller förankras i jorden.

Användning av studsattan



Max. en person i taget får använda studsattan. Om fler än en person i taget hoppar ökar risken för allvarlig personskada.



Man kan bli förlamad eller dö om man landar på huvudet eller nacken. Vi rekommenderar att man inte gör volter, då det ökar risken för att landa på huvudet eller nacken.

Säkerhetsanvisningar

Användare

- Använd inte studsattan efter intag av alkohol.
- Ta bort alla vassa föremål innan studsattan används.
- Kliv upp och ned från studsattan på ett kontrollerat sätt och använd aldrig studsattan som redskap för att hoppa upp på eller ned i andra föremål.
- Börja med att öva dig på grundhoppet och behärska dem innan du fortsätter med mer avancerade övningar.
- För att avbryta ett hopp ska du böja på knäna när du landar på hoppduken.
- Se till att du har kontroll när du hoppar. Det har du när du landar på samma punkt som du hoppade från. Om du förlorar kontrollen, försök då alltid att avbryta hoppet.
- Hoppa inte för lång tid åt gången. Se till att ta pauser.
- Håll ögonen riktade mot hoppduken för att behålla kontrollen.
- Det får bara finnas en person på studsattan åt gången.
- Det ska alltid finnas en person som håller uppsikt när studsattan används.

Uppsikt

- Den person som håller uppsikt ska sätta sig in i de grundläggande hoppen och säkerhetsreglerna för att kunna vägleda och instruera nybörjare på studsattan.
- Det är viktigt att alltid hålla uppsikt över alla användare av studsattan, oavsett deras ålder och förmåga.
- Använd aldrig studsattan om den är blöt, skadad, smutsig eller sliten, den ska alltid kontrolleras efter tecken på slitage före varje användning.
- Håll föremål som användaren kan komma i kontakt med borta från studsattan. Håll också uppsikt över föremål som befinner sig över, under eller omkring studsattan.

Allmänt

Det rekommenderas att bära T-tröja, shorts, träningskläder och gymnastikskor, tjocka strumpor eller att vara barfota.

Kliv alltid upp och ned genom att ta tag i ramen med händerna och antingen klättra eller rulla upp på ramen, över fjädrarna och ut på hoppduken. Ta inte tag i och klättra aldrig upp på kantmattan. Små barn bör hjälpas upp och ned för studsattan.

Hoppa inte okontrollerat på studsattan då detta ökar risken för skador.







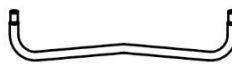


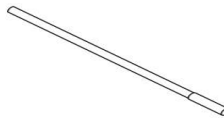
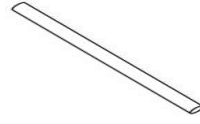
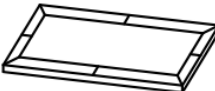


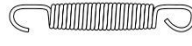
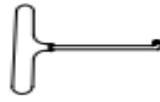
Placering av studsattan




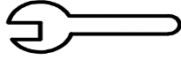

Se till att det finns minst 7,3 meter fri höjd över studsattan. Se till att det inte finns potentiellt farliga föremål i närheten av eller omkring studsattan. Till exempel träd, gungställningar, simbassänger, elledningar, murar, staket osv.

- ❖ Studsmattan ska stå på ett plant underlag.
- ❖ Området ska vara väl upplyst.
- ❖ Se till att det inte finns några hinder under, över eller omkring studsattan.

Komponentlista

Kontrollera att alla delar medföljer leveransen:

1  "L" format stålrör typ 1 (2 st)	 "L" format stålrör typ 2 (2 st)	2  Rakt stålrör (2 st kort)	3  Stålrör med lite rundning (2 st lång)
4  Förlängningsdel för benen. (8 st)	5  W" format ben för mark. ① (2 st)	 W" format ben för mark. ② (2 st)	6  Stänger till den övre delen av nätet med skum och snabbblås (8 st)
7  Stänger till det nedersta delen av nätet med skum (8 st)	8  Fiberglas stänger (inkluderat)	9  Överdrag nätstänger (8 st)	10  Kantmatta (1 st)
11  Hopppduk (1st)	12  Säkerhetsnät (inkl. svart snöre) (1st)	13  Fjäder (72 st)	14  Fjädermonteringsverktyg (1 st)

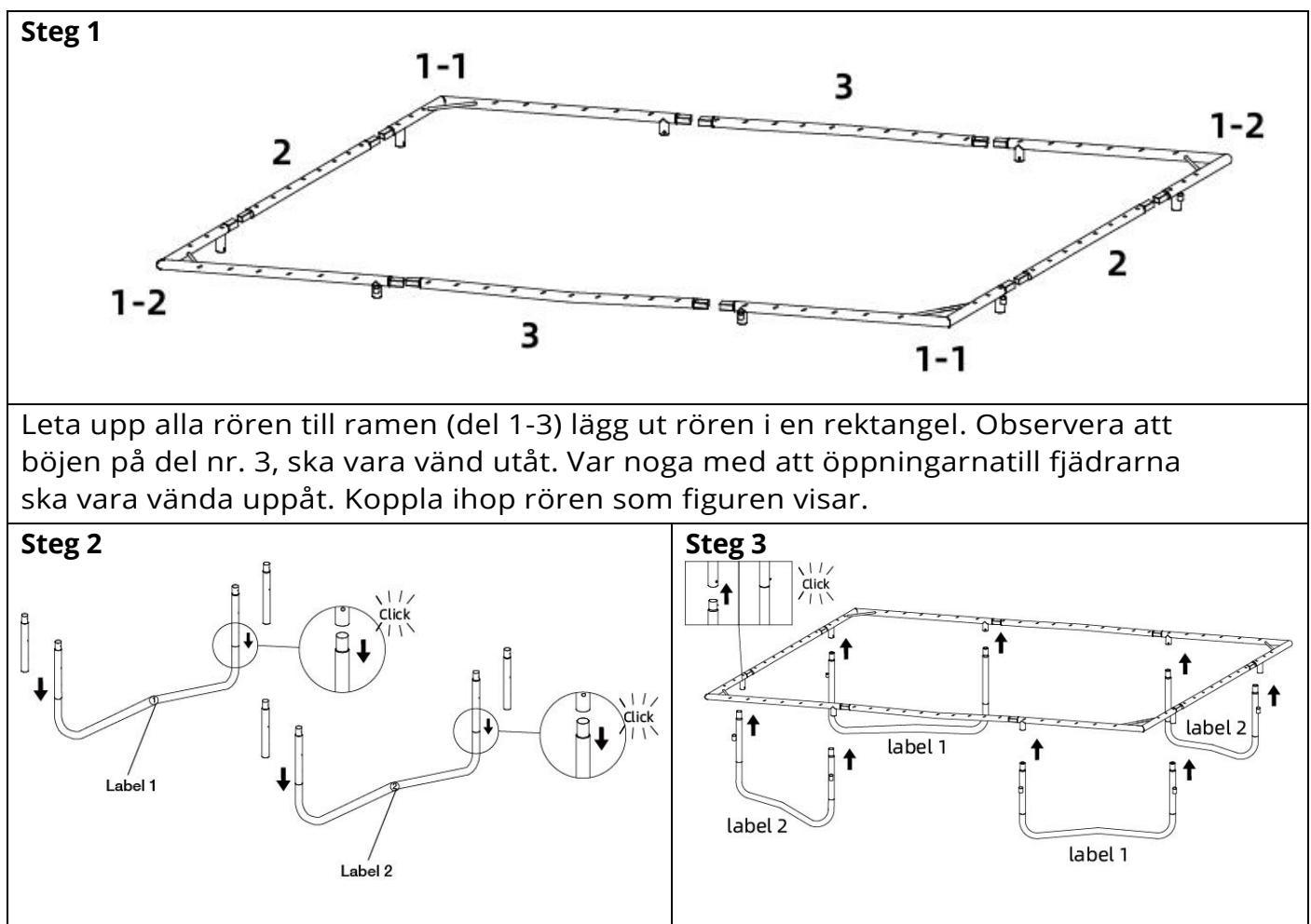
<p>15</p>  <p>Skrubar (8 st)</p>	 <p>Toppmutter (8 sk)</p>	<p>16</p>  <p>Unbrakonyckel (1 st)</p>	<p>17</p>  <p>Nyckel (1st)</p>
<p>18</p>  <p>Bruksanvisning (1 st)</p>			

Montering

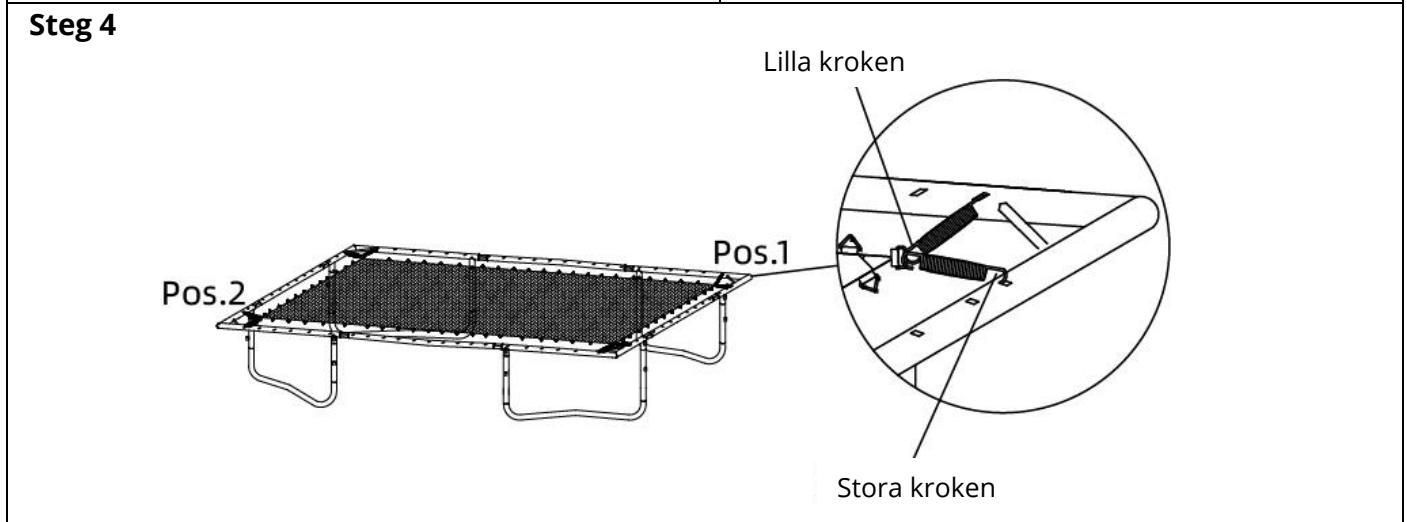
Det är viktigt att studsattan monteras på den plats där man vill att den ska stå! Efter uppställning får studsattan inte flyttas! Se till att underlaget är plant, annars kan fjädrarna dra ramen sned.

Studsattan ska stå på gräs. Den är inte avsedd att ställas upp på betong eller annan hård yta.

Det rekommenderas att vara 2-3 vuxna personer i god fysisk form för monteringen. Bär stängda skor och handskar. Kontrollera att området runt monteringsplatsen är fri från hinder som kan leda till fall eller förlust av balans. Underlåtenhet att följa dessa instruktioner och varningar kan leda till allvarliga skador.

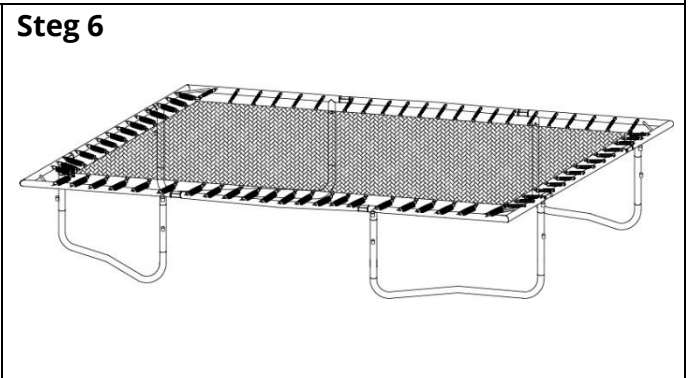
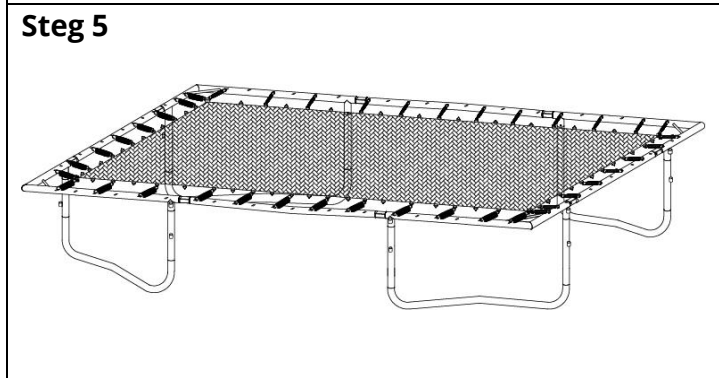


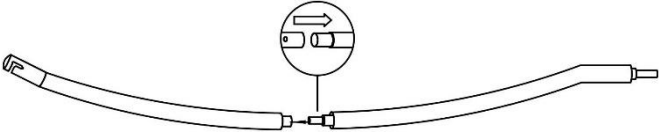
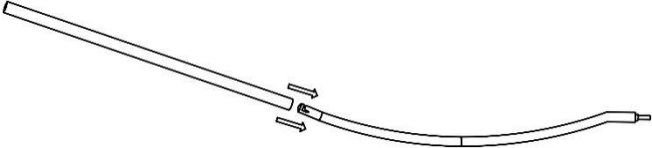
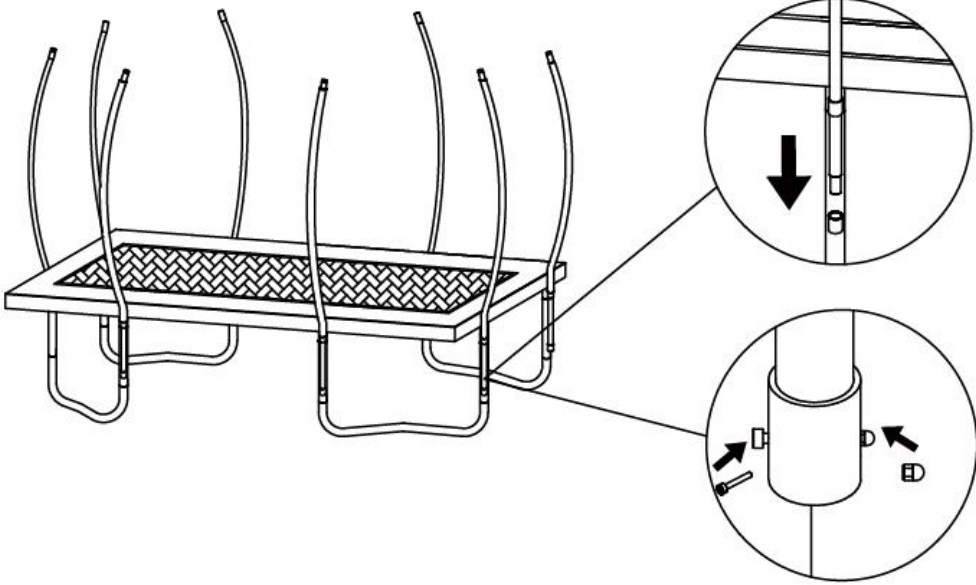
<p>Sätt in benförlängningarna i de "W"-formade benen som visas. Se till att låsstiftet låser ihop dem.</p>	<p>Lyft upp ramen åt sidan och placera benen i de svetsade rören.</p> <p>Anslut sedan benen diagonalt enligt ritningen. Upprepa med resten av benen.</p> <p>Observera att det krävs 2 eller fler personer för att lyfta upp ramen på sidan.</p>
--	--



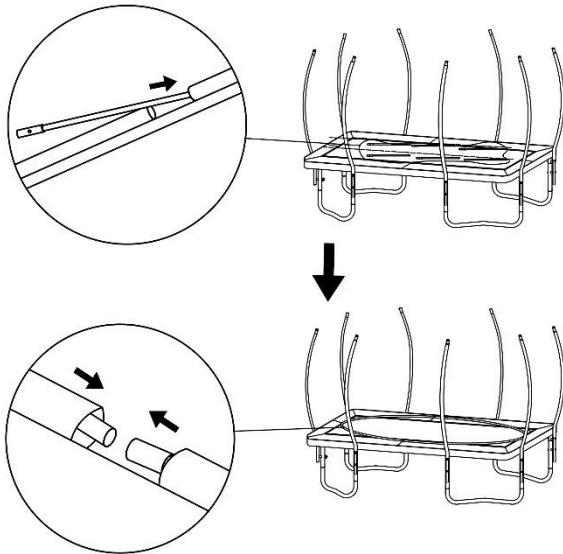
Placera hoppduken i ramen.
 Anslut fjädrarnas små kroker till den fyrkantiga ringen i hörnet på hoppduken, den stora kroken ansluts till hålet i ramens hörn. Använd fjädermonteringsverktyget. Anslut sedan ytterligare en fjäder till samma fyrkantiga ring som visas på ritningen. Sätt sedan in fjädrar på samma sätt i det diagonalt motsatta hörnet av hoppduken. Anslut de andra två hörnen på samma sätt.

VIKTIGT: HANDSKAR MÅSTE BÄRAS I DETTA ARBETE FÖR ATT UNDVIKA KLÄMNING AV HÄNDER OCH FINGAR OCH ANNAN SKADA.



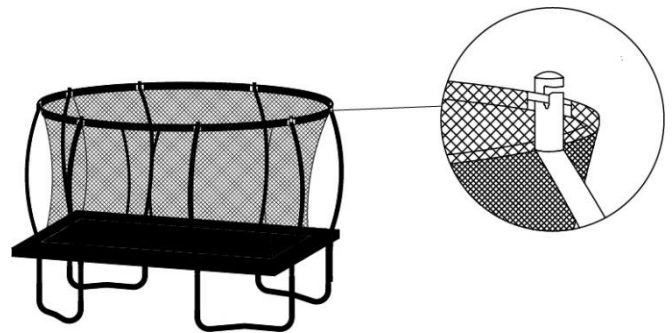
<p>Fortsätt att montera fjädrarna till motsvarande hål i ramen, växelvis vända mot varandra. Liten krok i fjäderduken, stor krok i ramen.</p>	<p>Anslut de återstående fjädrarna i ett jämnt mönster.</p> <p>WARNING: studsmattan är under hög spänning och det kan krävas kraft för att ansluta fjädrarna till ramen. Var försiktig så att du inte klämmer eller glider med fingrarna. Du kan bli allvarligt skadad.</p>
<p>Steg 7</p> 	<p>Steg 8</p> 
<p>Anslut de övre och nedre nätstängerna och kontrollera att de låser ihop.</p>	<p>Täck hela stängan.</p> <p>Obs: Snabblåset måste sticka ut från locket.</p>
<p>Steg 9</p> 	
<p>Dra åt nätstängerna på benen med skruv och toppmutter med insexnyckel och skiftnyckel.</p>	

Steg 10



Sätt in glasfiberstavarna i skyddsnetets övre gång, en efter en. Lämna nätet på fjäderduken. Anslut de silverfärgade ändarna på stavarna (Om en stav är kortare än de andra måste den sättas in i änden).

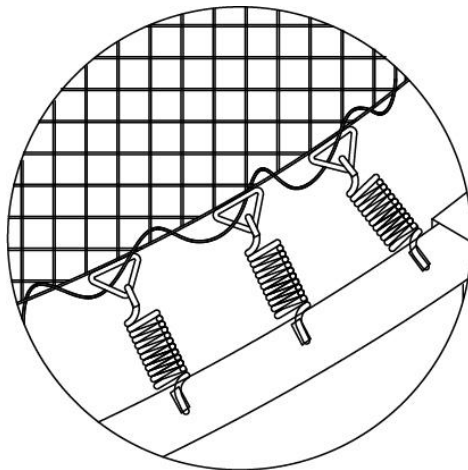
Steg 11



Ställ dig på fjäderduken och lyft upp nätet med glasfiberstängerna och sätt dem i snäpplåsen en efter en.

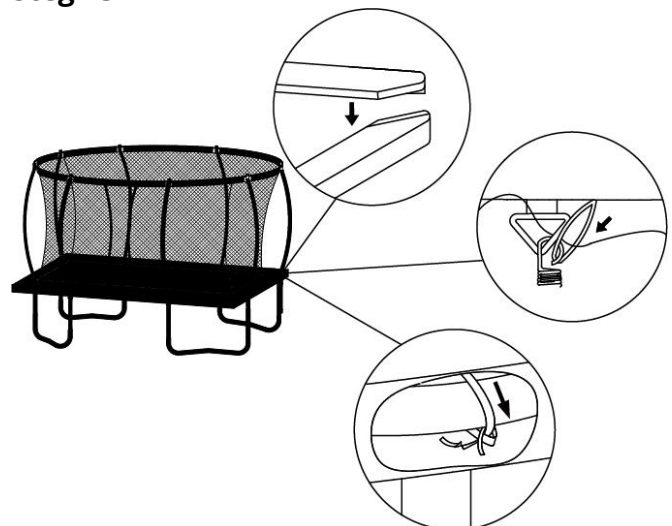
Observera: Se till att öppningen på skyddsnetet är mitt på en av fjäderdukens långsidor.

Steg 12



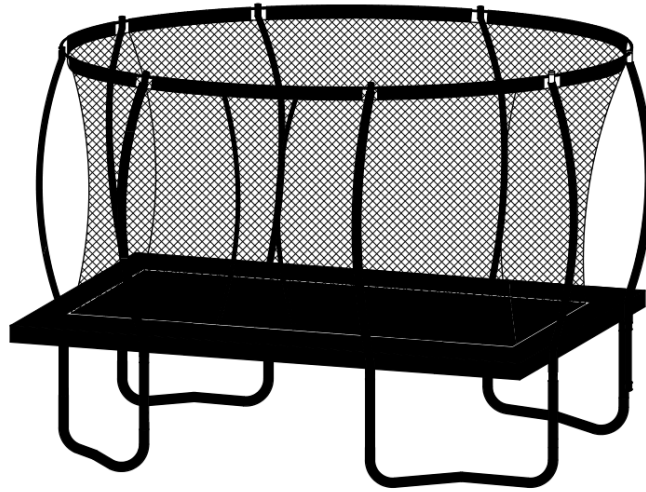
För in det svarta snöret genom de nedre hålen i skyddsnetet och de triangulära ringarna i fjäderduken, börja vid ingången och fortsätt tills alla triangulära ringar är anslutna till nätet.

Steg 13



Lägg ut kantmattan ovanpå fjädrarna med flikarna hängande över ramens utsida. Montera kardborrbandet nära båda sidor av ramen. Anslut alla resårer under kantmattan till närmaste fjäderkrok. Knyt fast alla svarta band under kantmattan till ramen.

Steg 14



Användning av studs mattan

Upp- och avstigning

Kliv försiktigt upp på studs mattan.

Ta aldrig tag i kantskyddet, kliv inte på fjädrarna och hoppa aldrig ned på studs mattan från en annan plats, till exempel ett hustak eller en stege.

Hjälp alltid mindre barn vid upp- och avstigning.

Kläder

Bär T-shirt och shorts/träningsbyxor och var barfota eller använd gymnastiskor. Nybörjare bör bära långärmad tröja och långbyxor för att undvika skrapsår och skrubbsår.

Grundläggande hopp

Bekanta dig med hur det känns att hoppa på studs mattan och bli helt förtrogen med de grundläggande hoppen.

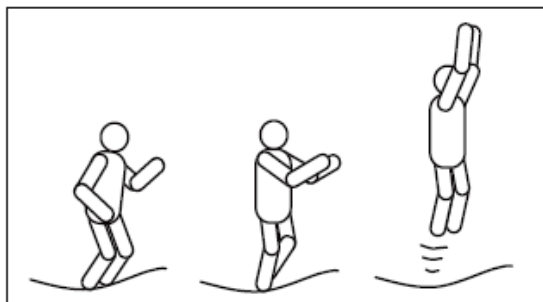
Ett kontrollerat hopp är när man landar på samma punkt som man hoppade från.

Hoppa alltid i mitten av mattan, inte ute vid kanten eller på fjädrarna. Sluta hoppa om du inte kan hålla dig på mitten av studs mattan. Mattan är försedd med ett vitt kryss som hjälper dig att hålla dig på rätt plats.

Du kan avbryta ett hopp genom att böja på knäna när du landar på mattan. Öva på denna teknik när du lär dig de grundläggande hoppen. Det är mycket viktigt att kunna avbryta ett hopp innan du förlorar kontrollen!

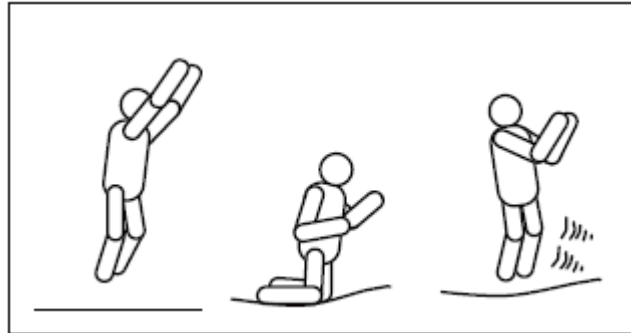
Grundhopp

- Börja från stillastående position. Stå med fötterna axelbrett isär. Lyft huvudet och håll blicken riktad mot mattan.
- Pendla armarna framåt, uppåt och runt i en cirkelrörelse.
- Håll ihop fötterna medan du är i luften och peka nedåt med tårna. Fötterna ska vara axelbrett isär när du landar på mattan igen.



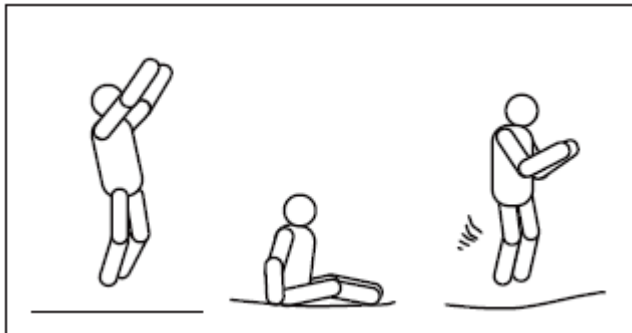
Knähopp

- Gör ett lågt grundhopp.
- Landa på knäna. Håll ryggen rak, använd armarna för att hålla balansen och hoppa tillbaka till startpositionen genom att lyfta armarna.



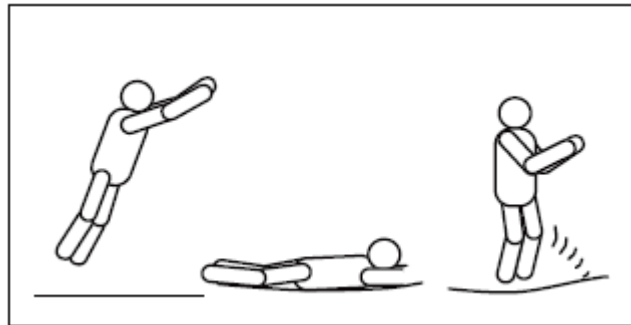
Sätesstuds

- Gör ett grundhopp och landa i sittande position.
- Placera händerna på mattan intill höfterna.
- Återgå till startpositionen genom att trycka ifrån med händerna.



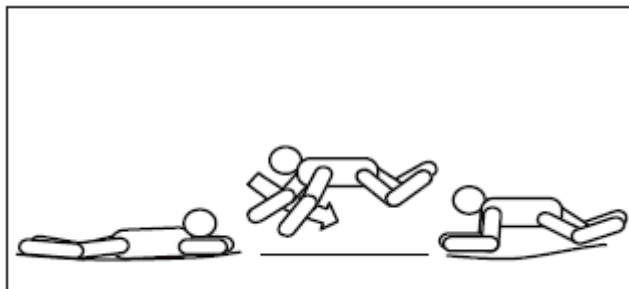
Magstuds

- Hoppa framåt och landa på magen med ansiktet mot mattan.
- Håll armarna utsträckta framåt.
- Återgå till startpositionen genom att trycka ifrån med händerna.



180 °-hopp

- Utför en magstuds, men tryck ifrån med vänster eller höger hand, beroende på åt vilket håll du vill vända.
- Huvudet ska hållas uppe, axlarna ska hållas i samma position och ryggen ska hela tiden vara parallell med mattan.
- Landa på magen. Återgå till startpositionen genom att trycka ifrån med händerna.



Avancerade hopp

Om du vill utföra mer avancerade hopp måste du kunna utföra alla de grundläggande hoppen kontrollerat.

Kontakta en utbildad instruktör för att få undervisning i mer avancerade hopp.

EU-försäkran om överensstämmelse

EU-FÖRSÄKRAN OM ÖVERENSSTÄMMELSE 	
Tillverkare:	P. Lindberg A/S Sdr. Ringvej 1 DK-6600 Vejen Tlf.: +45 70212626 E-mail: salg@p-lindberg.dk CVR: 25903110 www.p-lindberg.dk
Härmed förklara att följande maskin:	Studsmatta 2,44 x 3,66 PL art. 9064925
Type / modell:	HRP-81201S
Överensstämmer med följande direktiv:	2009/48/EC
Tillämpade standarder och normer:	EN 71-1:2014+A1 EN 71-2:2011+A1 EN 71-3:2019 EN 71-14:2018
Datum och signatur:	Vejen d. 05-11-2021 P. Lindberg A/S  Erik T Launitsen Direktør 

Vi förbehåller oss rätten att ändra produktens tekniska parametrar och specifikationer utan föregående meddelande.

D

Bedienungsanleitung

(Übersetzung von der original dänischen
Bedienungsanleitung)



Trampolin - Artikel-Nr. 9064925

Beschreibung: Trampolin, 2,44 x 3,66 Meter, mit Sicherheitsnetz. Max. Kapazität 150 kg. Anzahl Federn: 72 Stk.

Einsatzbereiche: Für den Garten. Kompatibel mit dem JumpXfun-Gurtsystem.

Zweckmäßige Verwendung: Darf ausschließlich wie in dieser Bedienungsanleitung beschrieben zusammengebaut und verwendet werden.

Inhalt

Sicherheitsanweisungen	2
Warnhinweise	2
Anleitung	2
Wartung.....	3
Anwendung des Trampolins.....	3
Sicherheitsanweisungen	5
Komponentenliste	6
Zusammenbau	8
Benutzung des Trampolins.....	13
EU-Konformitätserklärung.....	16



Lesen Sie die Bedienungsanleitung vor dem Zusammenbau und der Verwendung!

Tragen Sie beim Zusammenbau Handschuhe, um zu vermeiden, dass Sie Finger einklemmen. Für den Zusammenbau werden mindestens zwei Erwachsene benötigt.

Sicherheitsanweisungen

Warnhinweise

- Max. 150 kg.
- Nur für private Zwecke geeignet.
- Nur für Verwendung im Freien geeignet.
- Nicht für Kinder unter 3 Jahren geeignet – kleine Teile.
- Das Trampolin muss von einem Erwachsenen laut der Anleitung zusammengebaut und vor der Nutzung kontrolliert werden.
- Darf nur von einer Person gleichzeitig benutzt werden. Zusammenstoßgefahr.
- Schließen Sie stets die Öffnung des Netzes, bevor gesprungen wird.
- Ohne Schuhe springen.
- Verwenden Sie die Sprungfläche nicht, wenn sie nass ist.
- Leeren Sie Taschen und Hände, bevor gesprungen wird.
- Springen Sie stets in der Mitte des Trampolins.
- Während des Springens nicht essen.
- Nicht zu lange auf einmal springen (regelmäßig Pause machen).
- Nicht bei starkem Wind verwenden. Trampolin befestigen.

Anleitung

- Das Trampolin ist nicht zum Eingraben ausgelegt.
- Falls das Trampolin nach dem Zusammenbau an einen anderen Platz soll, müssen mindestens 4 Personen das Trampolin gleichmäßig verteilt vom Boden anheben und horizontal bewegen.
- Es empfiehlt sich, das Trampolin auf ebenen Untergrund sowie in einem Abstand von mindestens zwei Metern von jeglichen Bauten oder Hindernissen wie Hecke, Garage, Haus, hängende Äste, Wäscheleinen oder Stromleitungen aufzustellen.
- Das Trampolin darf nicht auf Beton, Asphalt oder eine andere harte Oberfläche sowie nicht in der Nähe von anderen Installationen wie Planschbecken, Schaukeln, Rutschen oder Klettergerüsten aufgestellt werden.
- Änderungen, die vom Verbraucher am Original-Trampolin vorgenommen werden (z. B. Zubehör) muss laut den Anweisungen des Herstellers vorgenommen werden.

Wartung

Kontrollieren und warten Sie Hauptkomponenten wie Gestell, Verbindungen, Sprungfläche, Rahmenpolsterung und Netz vor jedem Saisonbeginn, da die Verwendung des Trampolins ansonsten gefährlich sein kann.

- Überprüfen Sie alle Muttern und Bolzen und ziehen Sie diese bei Bedarf nach.
- Überprüfen Sie alle Verbindungen mit Federlast. Diese müssen intakt sein und dürfen sich beim Spielen mit dem Trampolin nicht lösen können.
- Kontrollieren Sie alle Bezüge und scharfen Kanten. Bei Bedarf austauschen.
- Bewahren Sie die Bedienungsanleitung auf.
- Trampoline müssen im Freien gegen starken Wind abgesichert werden (z. B. mit einer Eisenstange im Boden oder Sandsäcken). Alternativ müssen die Elemente, die vom Wind erfasst werden können, entfernt werden (Netz und Sprungfläche).
- Bitte beachten Sie, dass Schnee und Frost das Trampolin beschädigen können. Es empfiehlt sich, den Schnee zu entfernen und die Sprungfläche, Rahmenpolsterung und das Netz drinnen aufzubewahren.
- Überprüfen Sie, ob Sprungfläche, Rahmenpolsterung und Netz unversehrt sind. Das Netz muss nach zwei Jahren gewechselt werden.
- Stellen Sie sicher, dass die Klettverschlüsse während der Benutzung des Trampolins richtig geschlossen sind.
- Bei starkem Wind das Trampolin entfernen oder am Boden befestigen.

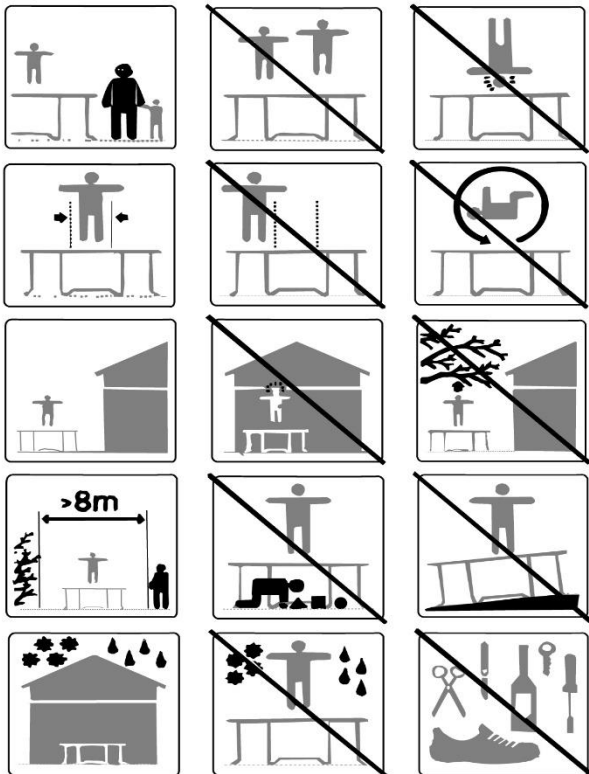
Anwendung des Trampolins



Max. 1 Person auf einmal. Mehrere Benutzer gleichzeitig erhöhen das Risiko für schwere Verletzungen.



Landet man auf dem Kopf oder Nacken, besteht die Gefahr für eine Querschnittslähmung oder tödliche Verletzung. Wir empfehlen, nicht zu versuchen, Saltos zu schlagen, da diese das Risiko erhöhen, dass man am Kopf oder Nacken landet.



Um das Verletzungsrisiko weiter zu minimieren, wird außerdem empfohlen, zu üben, beim Springen die Kontrolle zu behalten, bevor man sich an schwerere Sprünge wagt. Lesen, verstehen und beachten Sie alle Sicherheitsanweisungen und Warnungen, bevor Sie das Trampolin benutzen.

Es ist außerdem wichtig, dass Kinder von einem verantwortlichen Erwachsenen beaufsichtigt werden, der ihnen die Technik und Sicherheit in Bezug auf das Trampolin näherbringt.

Falls das Trampolin unbeaufsichtigt stehen gelassen wird, sollte es unzugänglich und nicht verwendbar sein.

Sicherheitsanweisungen

Benutzer

- Verwenden Sie das Trampolin nicht nach dem Genuss von Alkohol.
- Entfernen Sie alle scharfen Gegenstände, bevor das Trampolin verwendet wird.
- Steigen Sie kontrolliert auf das Trampolin, und verwenden Sie das Trampolin niemals als Gerät, um auf andere oder in andere Objekte zu springen.
- Beginnen Sie damit, grundlegende Sprünge zu üben und diese zu kontrollieren, bevor Sie sich an schwierigeren Sprüngen versuchen.
- Ein Sprung wird angehalten, indem Sie beim Landen auf der Sprungfläche in die Knie gehen.
- Sorgen Sie dafür, dass Sie die Sprünge kontrollieren. Dies ist der Fall, wenn Sie auf derselben Stelle landen, von der Sie wegspringen. Falls man die Kontrolle verliert, sollte man stets versuchen, den Sprung anzuhalten.
- Springen Sie niemals zu lange auf einmal. Pausen machen.
- Blicken Sie auf die Sprungfläche, um so die Kontrolle zu bewahren.
- Das Trampolin darf jeweils nur von einer Person benutzt werden.
- Eine Person sollte stets beobachten, wenn das Trampolin benutzt wird.

Beobachtung

- Die beobachtende Person muss die grundlegenden Sprünge und die Sicherheitsvorschriften kennen, um den Anfänger am Trampolin anweisen zu können.
- Eine Beobachtung des Trampolinnutzers sollte stets ungeachtet des Alters und des Könnens stattfinden.
- Verwenden Sie das Trampolin nie, wenn es nass, beschädigt, verschmutzt oder abgenutzt ist. Es muss vor jeder Verwendung auf Abnutzungen kontrolliert werden.
- Objekte, die der Benutzer berühren kann, müssen vom Trampolin entfernt werden. Achten Sie auch auf Objekte über, unter sowie neben dem Trampolin.

Allgemeines

Es empfiehlt sich, T-Shirt, Shorts, Trainingsbekleidung und Gymnastikschuhe oder dicke Socken zu tragen bzw. barfuß zu springen.

Steigen Sie immer auf das Trampolin bzw. wieder hinunter, indem Sie sich am Gestell festhalten und hinaufsteigen oder über das Gestell und die Federn auf die Sprungfläche rollen. Steigen Sie niemals auf die Rahmenpolsterung und halten Sie sich auch nicht an dieser fest. Kleineren Kindern muss man beim Hinauf- und Hinuntersteigen helfen.

Springen Sie niemals unkontrolliert auf dem Trampolin, da so das Risiko für Verletzungen erhöht wird.






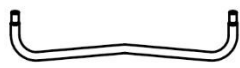



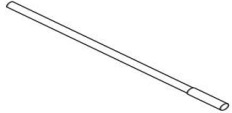
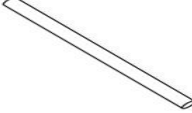
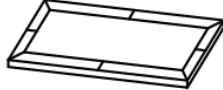

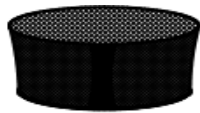


Aufstellen des Trampolins




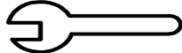

Sorgen Sie dafür, dass über dem Trampolin mindestens 7,3 Meter frei sind. Sorgen Sie dafür, dass sich keine möglicherweise gefährlichen Objekte in der Nähe bzw. neben dem Trampolin befinden. Das betrifft z. B. Bäume, Schaukelgerüste, Swimmingpools, Stromleitungen, Mauern, Hecken usw.

- ❖ Das Trampolin muss auf einem ebenen und festen Untergrund platziert werden.
- ❖ Der Bereich muss gut beleuchtet sein.
- ❖ Vergewissern Sie sich, dass sich unter, über und rund um das Trampolin keinerlei Hindernisse befinden.

Komponentenliste

Kontrollieren Sie, ob alle Teile vorhanden sind:

<p>1</p>  <p>“L“-förmiges Gestellrohr Typ 1 (2 Stück)</p>	<p>2</p>  <p>“L“-förmiges Gestellrohr Typ 2 (2 Stück)</p>	<p>3</p>  <p>Gerades Gestellrohr (2 Stück, kurz)</p>	<p>4</p>  <p>Gestellrohr mit kleiner Rundung (2 Stück, lang)</p>
<p>5</p>  <p>Verlängerungselemente für die Beine (8 Stück)</p>	<p>6</p>  <p>W-förmige Beine Kz. ① (2 Stück)</p>	<p>7</p>  <p>W-förmige Beine Kz. ② (2 Stück)</p>	<p>8</p>  <p>Stangen für den oberen Teil des Netzes mit Schaumstoff und Klickverschluss (8 Stück)</p>
<p>9</p>  <p>Stangen für den unteren Teil des Netzes mit Schaumstoff (8 Stück)</p>	<p>10</p>  <p>Glasfaserstangen (Inbegriffen)</p>	<p>11</p>  <p>Bezug für Netzstangen (8 Stück)</p>	<p>12</p>  <p>Rahmenpolsterung (1 Stück)</p>
<p>13</p>  <p>Sprungfläche (1 Stück)</p>	<p>14</p>  <p>Sicherheitsnetz (inkl. schwarzer Schnur) (1 Stück)</p>	<p>15</p>  <p>Feder (72 Stück)</p>	<p>16</p>  <p>Federmontagewerkzeug (1 Stück)</p>

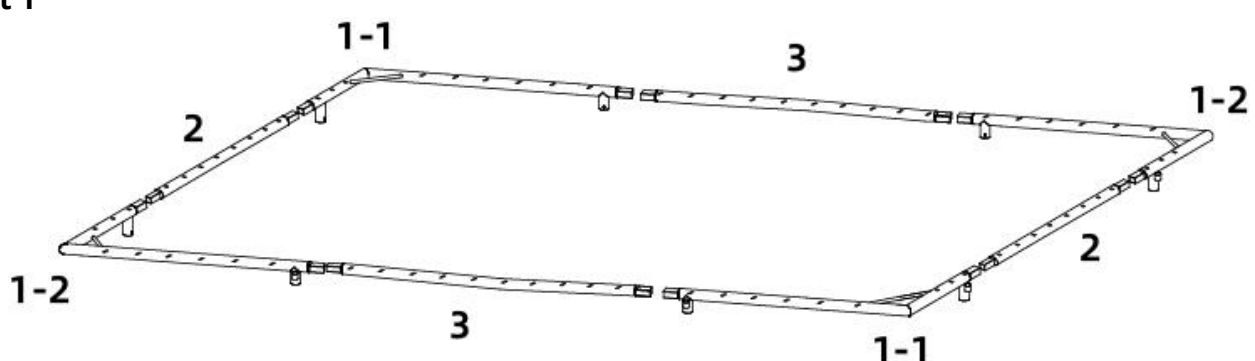
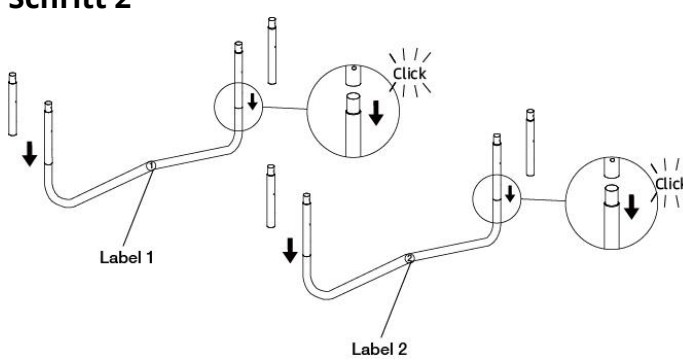
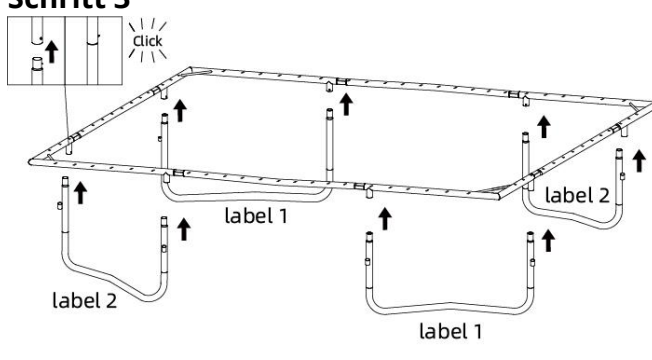
<p>15</p>  <p>Schrauben (8 Stück)</p>	 <p>Hutmutter (8 Stück)</p>	<p>16</p>  <p>Inbusschlüssel (1 Stück)</p>	<p>17</p>  <p>Schraubenschlüssel (1 Stück)</p>
<p>18</p>  <p>Bedienungsanleitung (1 Stück)</p>			

Zusammenbau

Es ist wichtig, dass das Trampolin an dem Ort zusammengebaut wird, wo es auch aufgestellt werden soll! Nach dem Zusammenbau darf das Trampolin nicht bewegt werden! Sorgen Sie dafür, dass der Untergrund eben ist, da die Federn das Gestell ansonsten verziehen können.

Das Trampolin muss auf Gras stehen. Es ist nicht zum Aufstellen auf Beton oder auf einer anderen harten Oberfläche geeignet.

Es empfiehlt sich, dass 2-3 Erwachsene, die in körperlich guter Verfassung sind, den Zusammenbau übernehmen. Tragen Sie geschlossene Schuhe und Handschuhe. Überprüfen Sie, ob der Bereich um den Aufstellort frei von Hindernissen ist, welche zu einem Fall oder einem Verlust des Gleichgewichts führen könnten. Werden diese Anweisungen und Warnhinweise nicht beachtet, kann es zu schweren Verletzungen kommen.

<p>Schritt 1</p> 	
<p>Nehmen Sie alle Rohre für den Rahmen (Teile 1-3) und legen Sie diese in einem Rechteck aus. Beachten Sie, dass der Bogen bei Teil Nr. 3 nach außen zeigen muss. Achten Sie darauf, dass die Öffnungen für die Federn nach oben zeigen. Verbinden Sie alle Rohre wie abgebildet.</p>	
<p>Schritt 2</p> 	<p>Schritt 3</p> 

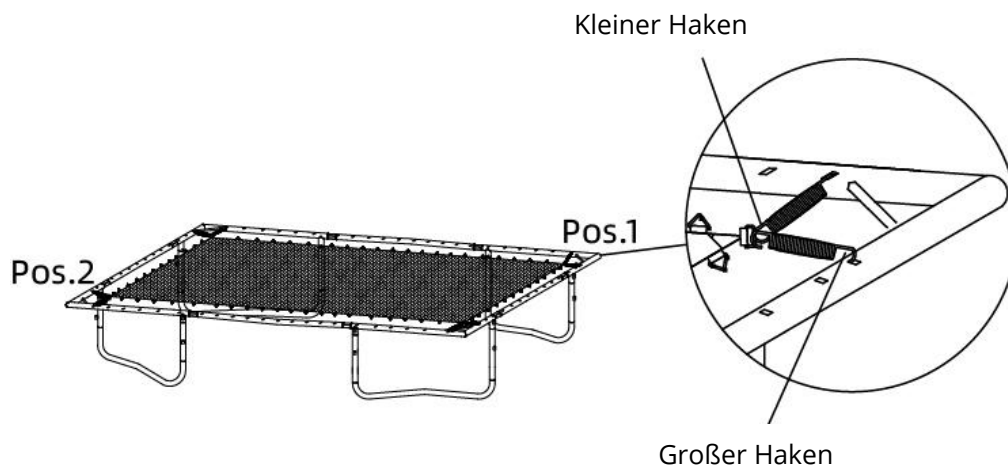
Setzen Sie die Verlängerungselemente für die Beine wie abgebildet in die „W“-förmigen Beine ein. Stellen Sie sicher, dass der Sicherungsstift sie miteinander verriegelt.

Heben Sie den Rahmen zur Seite an und setzen Sie die Beine in die geschweißten Rohre ein.

Verbinden Sie dann die Beine diagonal, wie in der Zeichnung gezeigt. Wiederholen Sie dies mit den restlichen Beinen.

Beachten Sie, dass zum Anheben des Rahmens an der Seite 2 oder mehr Personen erforderlich sind.

Schritt 4



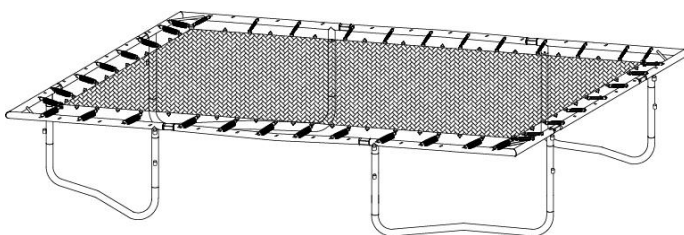
Legen Sie die Sprungfläche in den Rahmen.

Verbinden Sie den kleinen Haken der Feder mit dem quadratischen Ring in der Ecke, sodass die Sprungfläche und der große Haken mit dem Loch in der Ecke des Rahmens verbunden sind.

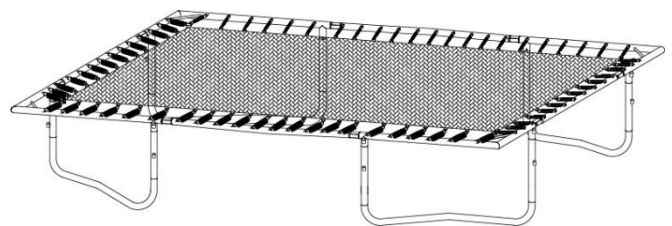
Verwenden Sie das Federmontagewerkzeug. Verbinden Sie dann eine weitere Feder mit demselben Vierkantring wie in der Zeichnung gezeigt. Anschließend ein weitere Feder in gleicher Weise in die diagonal gegenüberliegende Ecke der Sprungfläche einsetzen. Verbinden Sie die anderen beiden Ecken auf die gleiche Weise.

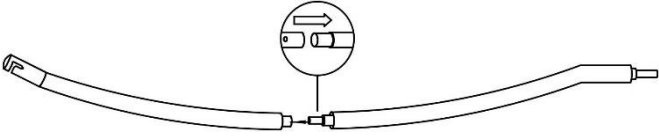
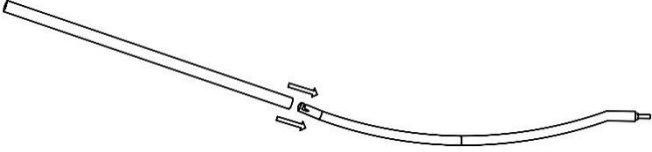
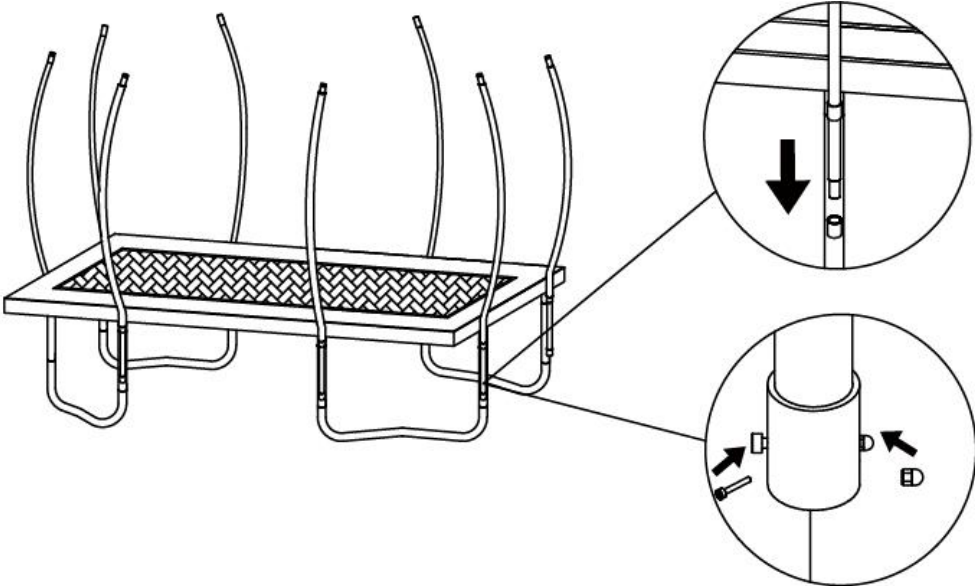
ACHTUNG! ES MÜSSEN HANDSCHUHE GETRAGEN WERDEN, UM EIN EINKLEMMEN DER HÄNDE/FINGER BZW. ÄHNLICHE VERLETZUNGEN ZU VERMEIDEN.

Schritt 5

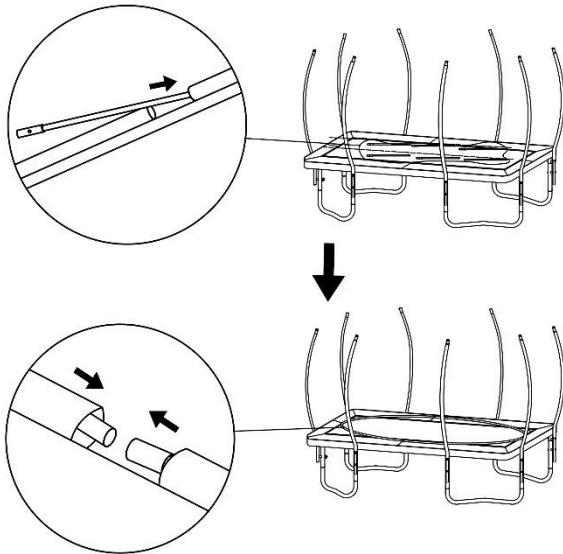


Schritt 6



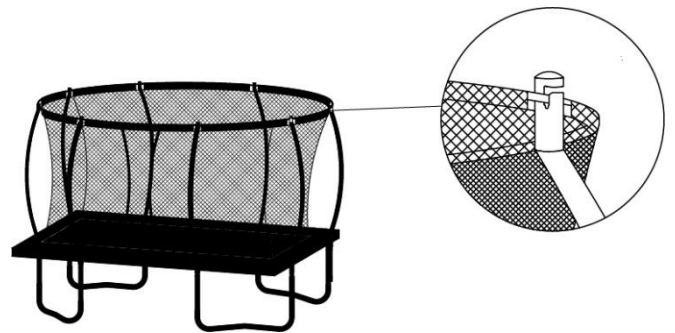
<p>Verbinden Sie die Federn weiterhin mit den entsprechenden Löchern im Rahmen, abwechselnd gegenübereinander. Kleiner Haken in der Sprungfläche, großer Haken in den Rahmen.</p>	<p>Verbinden Sie die restlichen Federn in einem gleichmäßigen Muster.</p> <p>WARNUNG: Das Trampolin steht unter hoher Spannung und es kann Kraft fordern, die Federn mit dem Rahmen zu verbinden. Achten Sie darauf, dass Sie Ihre Finger nicht einklemmen oder abrutschen. Sie können sich schwer verletzen.</p>
<p>Schritt 7</p> 	<p>Schritt 8</p> 
<p>Verbinden Sie die oberen und unteren Netzstangen und überprüfen Sie, ob sie mit dem Stift ineinandergreifen.</p>	<p>Setzen Sie den Bezug auf die gesamte Stange.</p> <p>Hinweis: der Klickverschluss muss aus der Abdeckung herausragen.</p>
<p>Schritt 9</p> 	
<p>Befestigen Sie die Netzstangen auf den Beinen mit Schrauben und Hutmuttern mit Inbusschlüssel und Schraubenschlüssel.</p>	

Schritt 10



Führen Sie die Glasfaserstangen nacheinander in den oberen Gang des Sicherheitsnetzes ein. Lassen Sie das Netz auf dem Sprungtuch. Verbinden Sie die silberfarbenen Enden der Stangen (ist eine Stange kürzer als die anderen, muss er zuletzt verbunden werden).

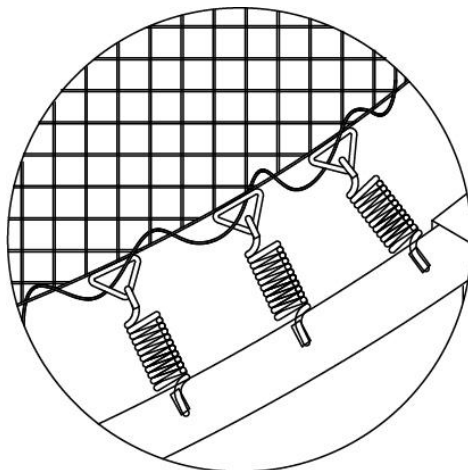
Schritt 11



Stellen Sie sich auf die Sprungfläche und heben Sie das Netz mit den Glasfaserstangen hoch und legen Sie sie nacheinander in die Klickverschlüsse.

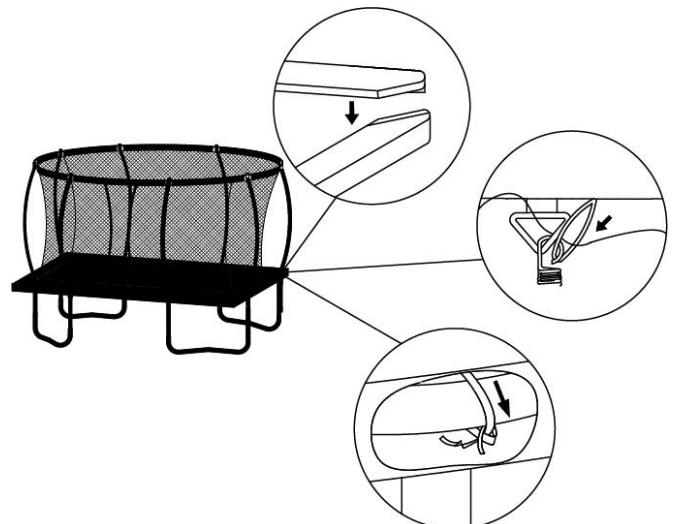
Hinweis: Achten Sie darauf, dass sich die Öffnung des Sicherheitsnetzes in der Mitte einer der Längsseiten des Sprungfläche befindet.

Schritt 12



Führen Sie die schwarze Schnur durch die unteren Löcher im Sicherheitsnetz und die Dreiecksringe in der Sprungfläche, beginnend am Eingang und fortfahrend, bis alle Dreiecksringe mit dem Netz verbunden sind.

Schritt 13

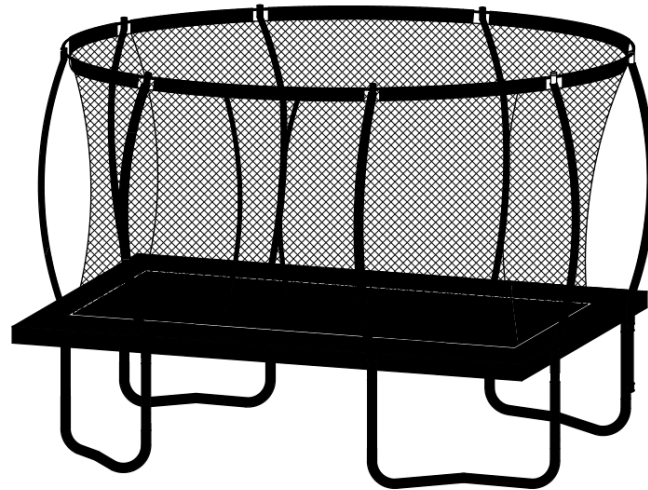


Legen Sie die Rahmenpolsterung auf die Federn, wobei die Laschen über die Außenseite des Rahmens hängen. Montieren Sie den Klettverschluss eng an beiden Seiten des Rahmens.

Verbinden Sie alle Gummibänder unter der

Rahmenpolsterung mit dem nächsten Federhaken.
Alle schwarzen Bänder unter der Rahmenpolsterung an den Rahmen binden.

Schritt 14



Benutzung des Trampolins

Auf- und Absteigen

Steigen Sie vorsichtig auf das Trampolin.

Halten Sie sich niemals am Randpolster fest, treten Sie nicht auf die Federn und springen Sie nicht von einem anderen Ort aus auf das Trampolin, etwa von einem Dach oder einer Leiter.

Helfen Sie kleinen Kindern immer beim Auf- und Absteigen.

Kleidung

Tragen Sie ein T-Shirt und kurze Hosen oder Trainingshosen und springen Sie barfuß oder mit Turnschuhen. Anfänger sollten langärmelige Kleidung tragen, um Kratzer und Abschürfungen zu vermeiden.

Grundsprünge

Gewöhnen Sie sich an das Gefühl, auf dem Trampolin zu springen, und machen Sie sich mit den Grundsprüngen vertraut.

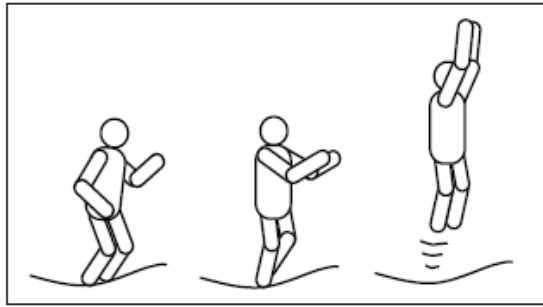
Ein kontrollierter Sprung bedeutet, dass man an derselben Stelle landet, von der man abgesprungen ist.

Springen Sie immer in der Mitte des Sprungtuchs, nicht am Rand oder auf den Federn. Hören Sie auf zu springen, wenn Sie sich nicht in der Mitte halten können. Das Sprungtuch ist mit einem weißen Kreuz versehen, das Ihnen hilft, an der richtigen Stelle zu bleiben.

Sie können einen Sprung abbrechen, indem Sie beim Berühren des Sprungtuchs tief in die Knie gehen. Üben Sie diese Technik zusammen mit den Grundsprüngen. Es ist unverzichtbar, einen Sprung abbrechen zu können, bevor er außer Kontrolle gerät!

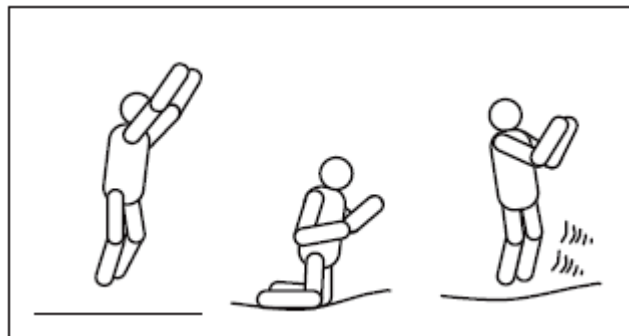
Basissprung

- Starten Sie aus dem Stand. Spreizen Sie die Beine so, dass der Abstand der Füße schulterbreit ist. Heben Sie den Kopf und halten Sie den Blick auf das Sprungtuch gerichtet.
- Schwingen Sie die Arme in einer kreisförmigen Bewegung nach vorne und nach oben.
- Legen Sie die Füße im Sprung aneinander und richten Sie die Zehen nach unten. Wenn Sie wieder auf dem Sprungtuch landen, müssen Ihre Füße schulterbreit voneinander entfernt sein.



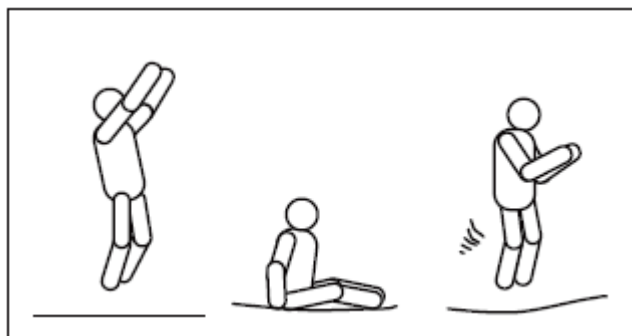
Kniesprung

- Machen Sie einen Basissprung, aber springen Sie nicht sehr hoch.
- Landen auf den Knien. Halten Sie den Rücken gerade, halten Sie mit den Armen das Gleichgewicht und springen Sie durch Anheben der Arme zurück in die Grundstellung.



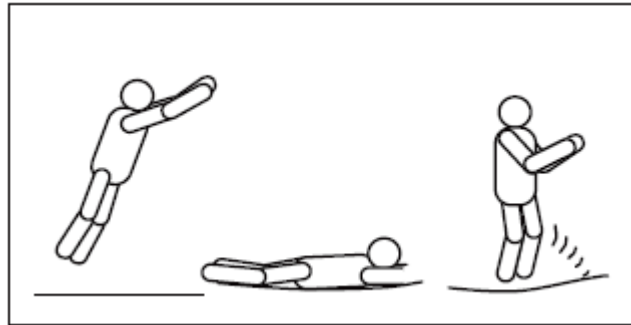
Sitzsprung

- Führen Sie einen Basissprung aus und landen Sie im Sitzen.
- Legen Sie die Handflächen neben den Hüften auf das Sprungtuch.
- Kehren Sie in die Grundstellung zurück, indem Sie sich mit den Händen abstoßen.



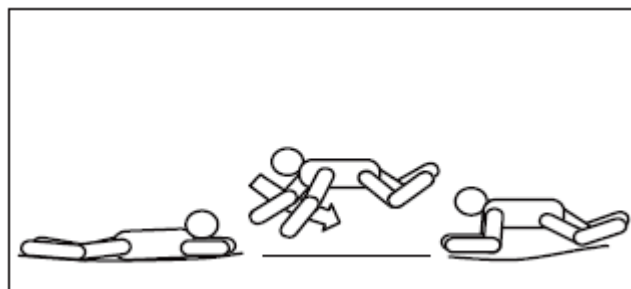
Fallsprung

- Springen Sie nach vorne und landen Sie mit dem Gesicht zum Sprungtuch auf dem Bauch.
- Halten Sie die Arme nach vorne gestreckt.
- Kehren Sie in die Grundstellung zurück, indem Sie sich mit den Händen abstoßen.



180-Grad-Sprung

- Führen Sie einen Fallsprung durch, aber stoßen Sie sich mit der linken oder rechten Hand ab, je nachdem, in welche Richtung Sie sich drehen wollen.
- Halten Sie den Kopf hoch, die Schultern in der gleichen Position und den Rücken immer parallel zum Sprungtuch.
- Landen auf dem Bauch. Kehren Sie in die Grundstellung zurück, indem Sie sich mit den Händen abstoßen.

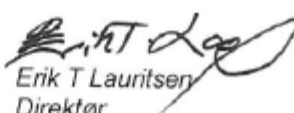


Fortgeschrittene Sprünge

Bevor Sie fortgeschrittene Sprünge ausführen können, müssen Sie alle Grundsprünge beherrschen.

Wenden Sie sich wegen fortgeschrittener Sprünge an einen geschulten Ausbilder.

EU-Konformitätserklärung

EU-KONFORMITÄTSERKLÄRUNG		CE
Hersteller:	P. Lindberg A/S Sdr. Ringvej 1 DK-6600 Vejen Tlf.: +45 70212626 E-mail: salg@p-lindberg.dk CVR: 25903110 www.p-lindberg.dk	
Hiermit wird bestätigt dass die folgenden Maschine:	Trampolin 2,44 x 3,66 PL Artikelnummer 9064925	
Typ / Modell:	HRP-81201S	
Entspricht den folgenden Richtlinien:	2009/48/EC	
Angewandte Standards und Normen:	EN 71-1:2014+A1 EN 71-2:2011+A1 EN 71-3:2019 EN 71-14:2018	
Datum und Unterschrift:	Vejen d. 05-11-2021 P. Lindberg A/S  Erik T Lauritsen Direktør	
		CE

Wir behalten uns das Recht vor, technische Parameter oder Spezifikationen dieses Produktes ohne vorherige Ankündigung zu ändern.

GB Manual

(Translation of original Danish manual)



Trampoline – Item no. 9064925

Description: Trampoline 2,44 x 3,66 meter with safety net. Max. capacity 150 kg. Number of springs: 72 stk.

Areas of use: For the garden. Fits the JumpXfun harness system.

Intended use: Only be mounted and used as described in the instruction manual.

Content

Safety Instructions.....	2
Warnings.....	2
Instructions	2
Maintenance.....	3
Use of trampoline.....	3
Safety Instructions.....	5
Parts List.....	6
FRAME ASSEMBLY.....	8
Using your trampoline.....	13
EU Declaration of Conformity.....	16



Read the manual prior to assembly and use!

Use gloves during assembly to avoid pinching.

It will require at least two adults to assemble the trampoline.

Safety Instructions

Warnings

- Max 150kg
- Only for domestic use.
- Only intended for outdoor use.
- Not suitable for children under 36 months. Small parts.
- The trampoline shall be assembled by an adult in accordance with the assembly instructions and thereafter checked before the first use.
- Only one user. Collision hazard.
- Always close the net opening before jumping.
- Jump without shoes.
- Do not use the *mat* when it is wet.
- Empty pockets and hands before jumping.
- Always jump in the middle of the *mat*.
- Do not eat while jumping.
- Do not exit by a jump.
- Limit the time of continuous usage (make regular stops).
- Do not use in strong wind conditions and secure the trampoline.

Instructions

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

Maintenance

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 sandbag 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.

Use of trampoline



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 risk of landing on your head or neck.

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.

General Safety

Jumpers should wear t-shirt, shorts or sweats, and regulation gymnastics shoes, heavy socks, or be barefoot.

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. Do not step directly onto the frame pad or grasp the frame pad. 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.










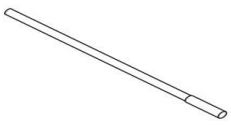
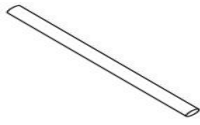
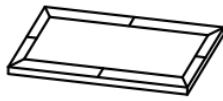


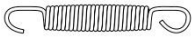
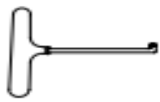
TRAMPOLINE PLACEMENT




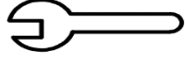

The minimum overhead clearance required is 24 feet (7.3 meters). In terms of horizontal clearance, please ensure that no hazardous objects are near the trampoline such as tree limbs, other recreational objects (i.e. swing sets, swimming pools), electrical power wiring, walls, fences, etc. For safe use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

Parts List

Please check the parts list you have purchased.

1  "L" type frame tube-1 (2pcs)	 "L" type frame tube-2 (2pcs)	2  Straight frame tube (2pcs short)	3  Little curve frame tube (2pcs long)
4  Leg Extension (8pcs)	5  "W" shape leg tube with label ① (2pcs)	 "W" shape leg tube with label ② (2pcs)	6  Upper safety net pole with foam and top hat (8pcs)
7  Lower safety net pole with foam (8pcs)	8  Fiberglass pole (included)	9  Sleeve (8pcs)	10  Frame pad (1pc)
11  Jumping mat (1pc)	12  Safety net (black tapes included) (1pc)	13  Spring (72pcs)	14  Spring tool (1pc)

<p>15</p>  <p>Screw (8pcs)</p>	 <p>Screw cap (8pcs)</p>	<p>16</p>  <p>Hexagonal Spanner (1pc)</p>	<p>17</p>  <p>Open-end spanner (1pc)</p>
<p>18</p>  <p>Instruction manual (1pc)</p>			

Frame assembly

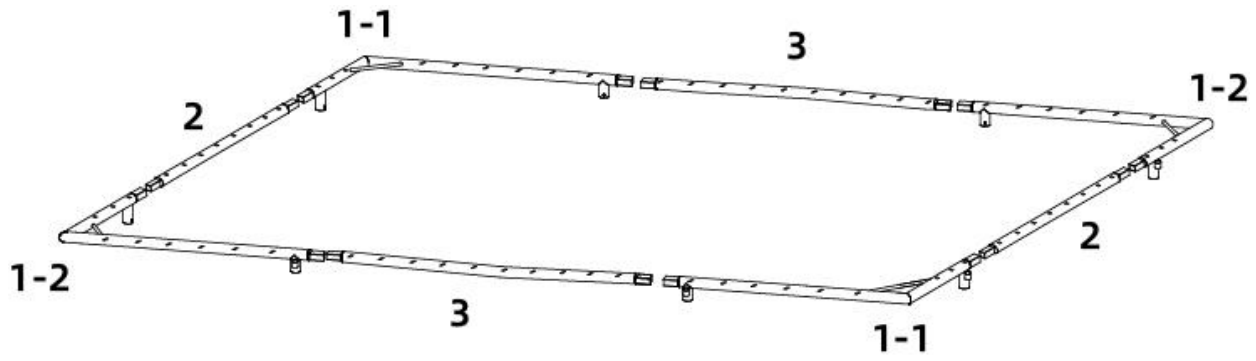
WARNING!

Set-up the trampoline in its final location! After complete set-up, DO NOT MOVE the trampoline after assembly! 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.

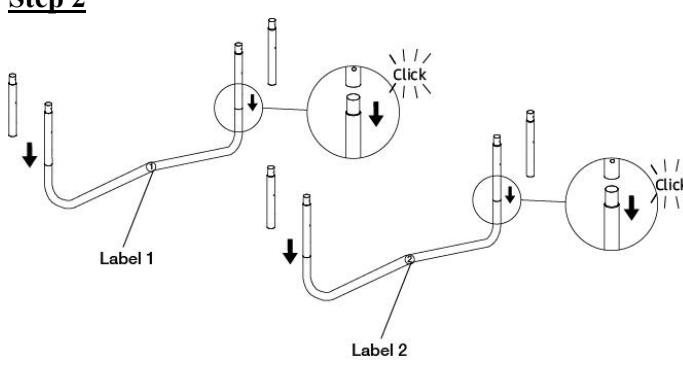
WARNING: 2-3 adults in good physical condition are required for the following assembly. You MUST wear closed in shoes and gloves. Make sure area around assembly area is clear of any hazards which may cause a fall or loss of balance. Failure to follow all instructions and warnings exactly may result in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

Step 1

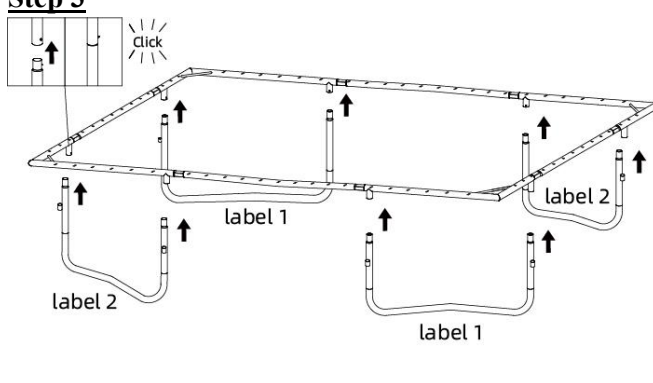


Find all frame tubes (part no.1-3), and lay out those parts in a rectangle. Please note the curve of part no. 3 face outwards. Keep the sides of the frame with the spring slits facing upwards. Connect each frame tube in sequence as shown.

Step 2



Step 3

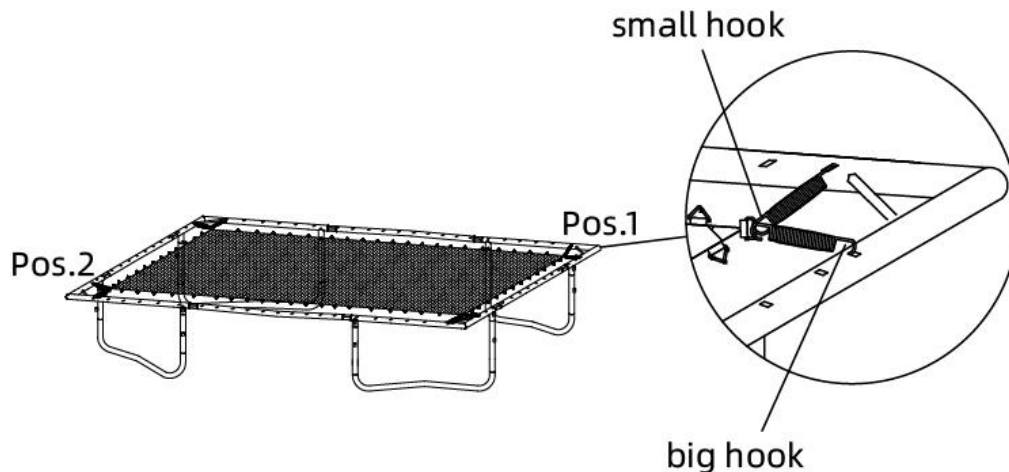


Insert "W" shape leg tube into the leg extension tube.
Make sure the pin locked.

Lift up the frame in one 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

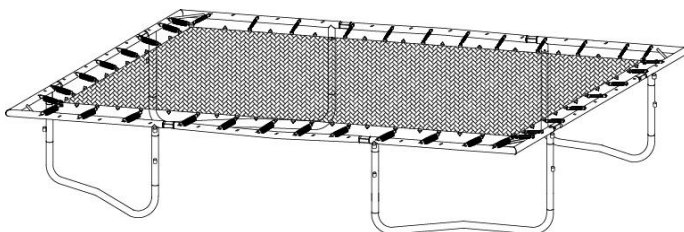


Lay the jumping mat inside the frame tube.

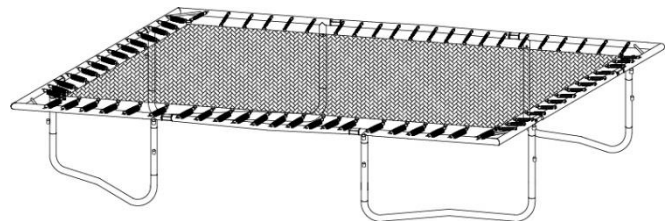
Attach small hook end of spring to one rectangle ring in the corner on the mat and the big hook end is attached to the hole in the corner of frame tube by spring tool. Attach another spring to the same rectangle ring. Next attach springs for the diagonal corner of jumping mat. Attached the rest two corners in the same way.

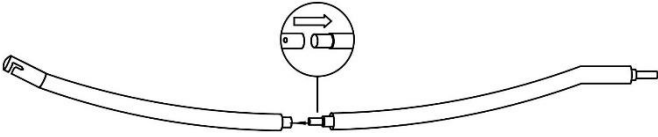
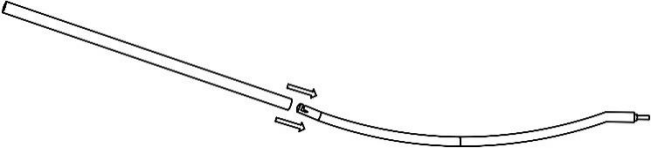
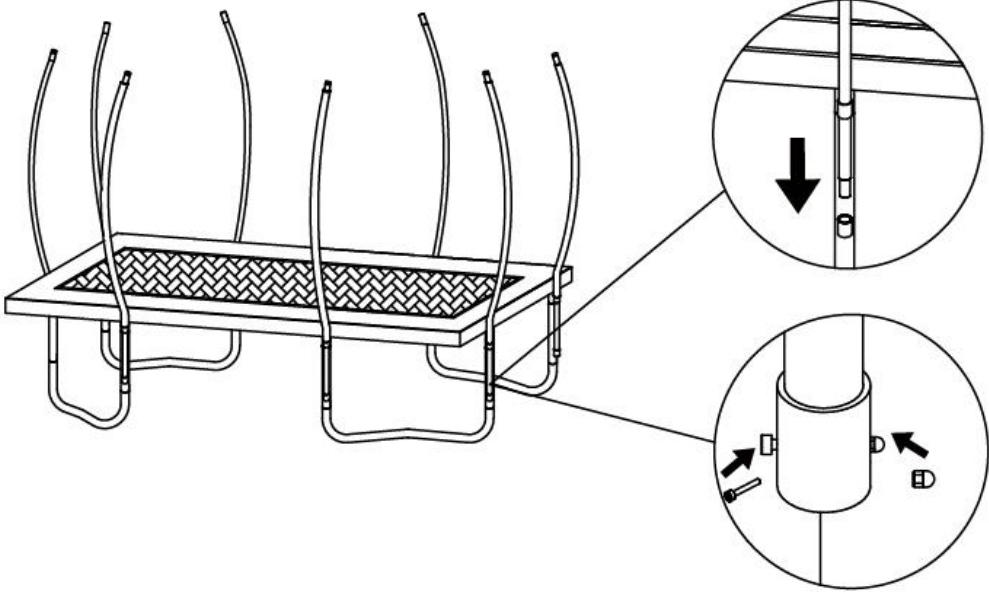
IMPORTANT: GLOVES MUST BE WORN FOR THIS PART OF THEATION TO AVOID PINCHING YOUR HANDS OR INJURY.

Step 5

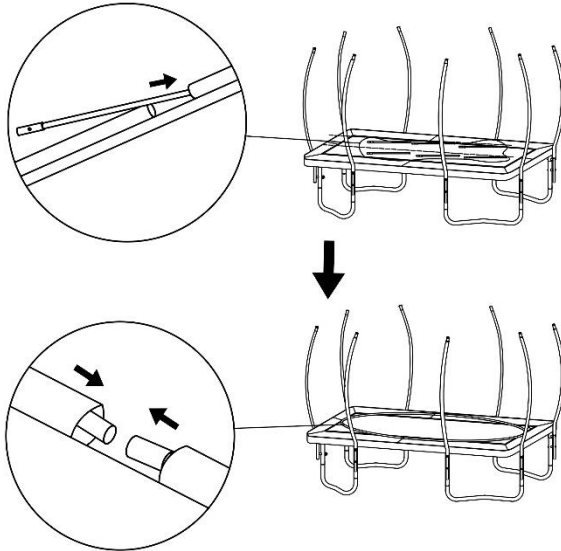


Step 6



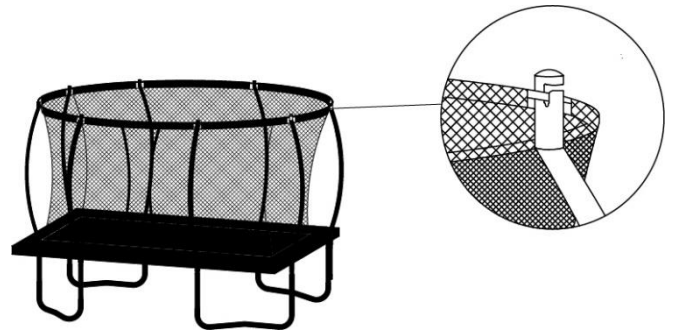
<p>Repeat to attach the springs to the corresponding holes on frame tube alternately.</p>	<p>Attach the remaining springs evenly.</p> <p>WARNING: Trampoline is under heavy tension, more effort may be required to attach the springs to the frame. Be careful not to pinch fingers or slip. Serious injury may occur.</p>
<p>Step 7</p> 	<p>Step 8</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> <p>Note: The top hat should be out of the sleeves.</p>
<p>Step 9</p> 	
<p>Tighten the safety net pole with screw and screw cap by hexagonal spanner and open-end spanner.</p>	

Step 10



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.)

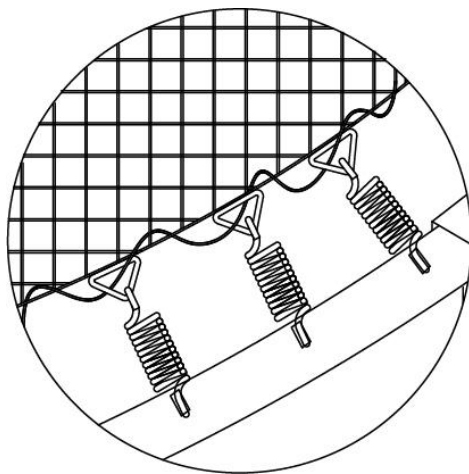
Step 11



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.

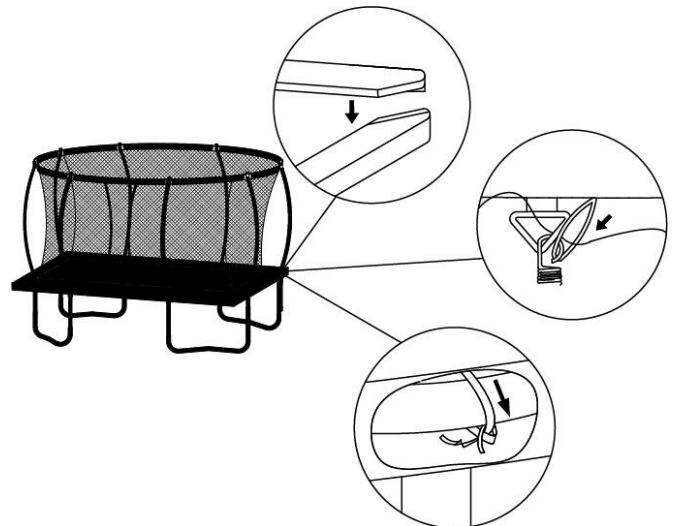
Note: Make sure the entrance of the safety net is in the middle of one long side of rectangle jumping mat.

Step 12



Use black tapes pass through the bottom hole of safety net and triangle ring from the position of entrance until all triangle rings are connected with safety net.

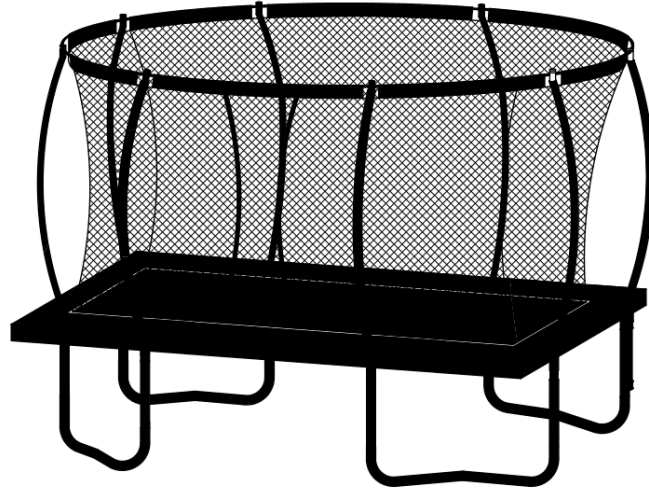
Step 13



Lay the frame pad around on top of springs with flaps hanging over outside frame.
Stick the Velcro on both ends of frame pad together tightly.
Hang all the elastic strips under frame pad to the nearest spring hooks.
Tie all black strips under frame pad to the frame

tubes.

Step 14



Using your trampoline

Getting on and off

Climb carefully up onto the trampoline.

Never pull on the safety pad or tread on the springs, and never jump down onto the mat from something else, such as a roof or ladder.

Always help small children on and off the trampoline.

Clothing

Wear a t-shirt and shorts/tracksuit trousers and have bare feet or soft-soled plimsolls. First-timers should wear long-sleeved clothes to avoid the risk of scratches and grazes.

Basic jumping technique

Get used to the feeling of bouncing on the trampoline and become confident with basic jumps.

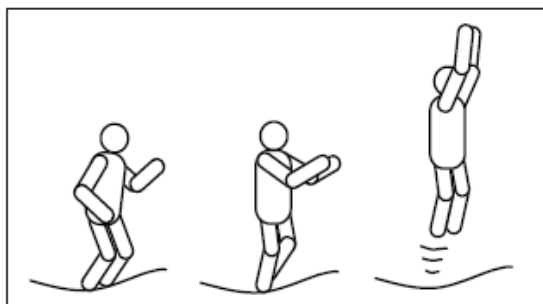
A controlled jump is when you land on the same spot you took off from.

Always bounce in the middle of the mat, never on the edges or the springs. Stop jumping if you cannot stay in the middle. The mat has a white cross to help you bounce in the same spot.

You can stop bouncing up again by bending your knees when you hit the mat. Practice this technique along with basic jumps. It is very important to be able to stop bouncing before you get out of control!

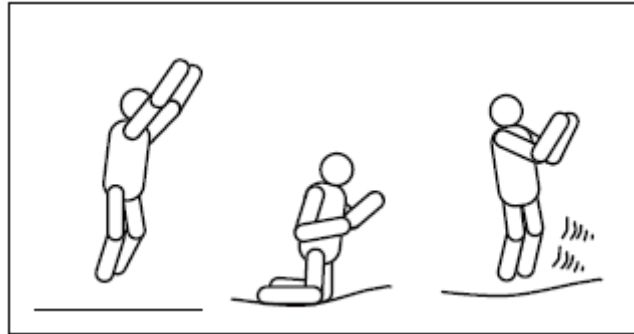
Basic jumps

- Start from a standing position. Spread your legs so that your feet are the same distance apart as your shoulders. Lift your head and keep your eyes focused on the mat.
- Swing your arms forward, up and round in circles.
- Keep your feet together when in the air, toes pointing downwards. Your feet should be the same distance apart as your shoulders when you land on the mat again.



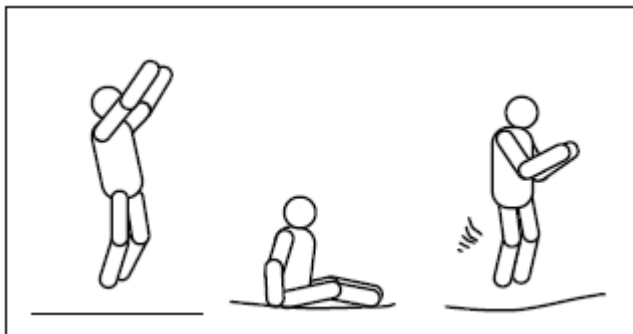
Knee jumps

- Perform a basic jump, but do not go too height.
- Land on your knees. Keep your back straight and use your arms to balance, then bounce back to the basic position by lifting your arms.



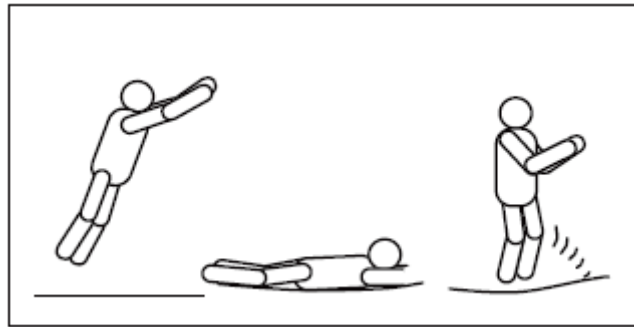
Sitting jump

- Perform a basic jump, landing on the mat in a sitting position.
- Place your hands on the mat either side of your hips.
- Bounce back to the basic position by pushing downwards with your hands.



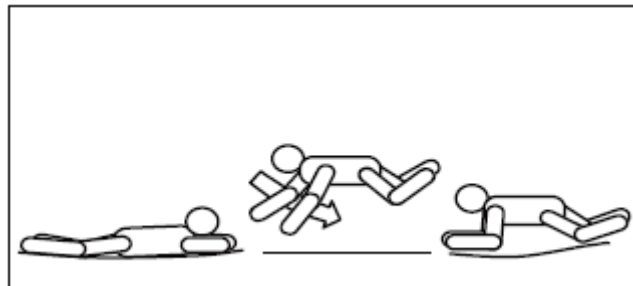
Stomach jumps

- Jump forwards, landing on your stomach with face down.
- Hold your arms stretched in front of you.
- Bounce back to the basic position by pushing downwards with your hands.



180°-jump

- Perform a stomach jump but push downwards with only one hand, depending on which way you want to turn.
- Keep your head up, holding your shoulders in the same position and your back parallel with the mat at all times.
- Land on your stomach. Bounce back to the basic position by pushing downwards with your hands.






Advanced jumps

If you want to perform more advanced jumps, you must first be able to perform all the basic jumps under full control.

Contact a trained instructor for lessons in advanced jumps.

EU Declaration of Conformity

EU DECLARATION OF CONFORMITY		
Manufacturer:	P. Lindberg A/S Sdr. Ringvej 1 DK-6600 Vejen Phone: +45 70212626 E-mail: salg@p-lindberg.dk CVR: 25903110 www.p-lindberg.dk	
Hereby declare that the following machine:	<i>Trampoline 2,44 x 3,66 PL Item No. 9064925</i>	
Type / model:	<i>HRP-81201S</i>	
Complies with the following directives:	<i>2009/48/EC</i>	
Applied standards and norms:	<i>EN 71-1:2014+A1 EN 71-2:2011+A1 EN 71-3:2019 EN 71-14:2018</i>	
Date and signature:	<i>Vejen d. 05-11-2021</i> P. Lindberg A/S  Erik T Lauritsen Direktør	
		

We retain the right to change the technical parameters and specifications of this product without prior notification.