



Yoga Trampoline
Trampoline de yoga
Yoga-Trampolin
Trampolín de yoga
Trampolino da yoga



EN_IMPORTANT, RETAIN FOR FUTURE REFERENCE: READ CAREFULLY.

**FR_IMPORTANT : A LIRE ATTENTIVEMENT ET A CONSERVER POUR VOUS Y REFERER
ULTERIEUREMENT**

ES_IMPORTANTE, LEA Y GUARDE PARA FUTURAS REFERENCIAS.

DE_WICHTIG! SORGFÄLTIG LESEN UND FÜR SPÄTER NACHSCHLAGEN AUFBEWAHREN.

**IT_IMPORTANTE! CONSERVARE IL PRESENTE MANUALE PER FUTURO RIFERIMENTO E
LEGGERLO ATTENTAMENTE.**

Before use

Warning: Please make sure the legs are tightened before use. Please read the instructions carefully before installing this product and keep them properly.

1. For your safety, please read the instruction manual carefully before using this product. We are committed to providing users with satisfactory sales services. If any parts are missing or damaged, you can contact customer service at any time. Our after-sales service department will provide fast and high-quality services to solve your problems at any time. This product is recommended for use by people over 7 years old. If you weigh more than 100 kg, please do not use this product.
2. The legs of the assembled trampoline are firmly installed during the production process. Please ensure that no force is applied during the assembly process to cause the legs to deform.
3. It is recommended to store away from children or animals and to be operated by two or more adults in an open, dry and clean environment.
4. When using the assembled trampoline, please use it on a completely flat ground. If the ground is not flat during use, the trampoline may deform.
5. It is recommended that before using the assembled trampoline, make sure that the trampoline is placed on a level ground, and keep at least 2.5 meters wide and 8 meters wide on both sides and the bed. Please note that there is nothing under the assembled trampoline and there must be safety facilities in the area before use. .
6. It is recommended that the trampoline use area must be on level ground without any obstacles, trees, branches, rocks, wires, sprinklers, etc. to prevent serious injuries when hitting these obstacles.
7. Before using the assembled trampoline, please warm up thoroughly and stretch for at least 5 minutes to help prevent muscle strain.
8. Start aerobic trampoline training every other day, and start training five days a week after a few weeks. It is recommended to arrange the time for the action or combination of actions. Start with the minimum number of minutes and then gradually increase to the maximum recommended time.
9. After becoming familiar with the basic training of this product, you can innovate and develop your own habitual way to combine various exercises, and you will enjoy your exercise more.
10. The packaging material is not a toy. Please keep the leftovers or waste away from children under 6 years old during installation, and properly handle and discard them after installation.
11. Before using the trampoline, please carefully check whether each part and component is loose or missing. If any problem is found, please stop using it immediately.

Important Notes

1. People weighing more than 100 kg should not use this product.
2. The trampoline legs are firmly installed, be careful not to pinch your fingers or hands when assembling.
3. The elastic springs will be stiff at the beginning of use and will become loose over time. Please be careful not to get injured when installing the trampoline.
4. The trampoline must be used on wall-to-wall carpet or non-slip flooring, so the product does not slide when in use.

Accessories List

Ref. Number	Part Number	Description	Unit
1	TR 01	Trampoline frame	3
2	TR 02	Trampoline legs	6
3	TR 03	Jump mat	1
4	TR 04	Elastic springs	30
5	TR 05	bottom screws M8x15mm	2
6	TR 06	Top handle bar	1
7	TR 07	adjust bar (top)	1
8	TR 08	Handle bar(bottom)	1
9	TR 09	Handle bar(connector)	1
10	TR 10	Tool 1	1
11	TR 11	Tool 2	1
12	TR 12	Frame screws M8×80mm	2
13	TR 13	Adjust Screws M8x35mm	1
14	TR 14	Top bar screws M8x30mm	1
15	TR 15	Manual	1



TR 01A x3pcs



TR 02×6pcs



TR 03×1pc



TR 04×30pcs



TR 05×2 pcs



TR 06×1pc



TR 07×1pc



TR 08×1pc



TR 09×1pc



TR 10×1pc



TR 11×1pc



TR 12×2pcs



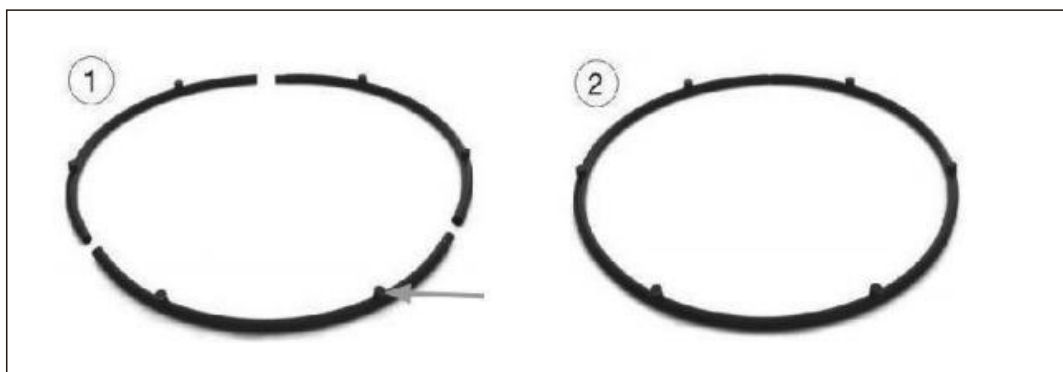
TR 13×1 pc



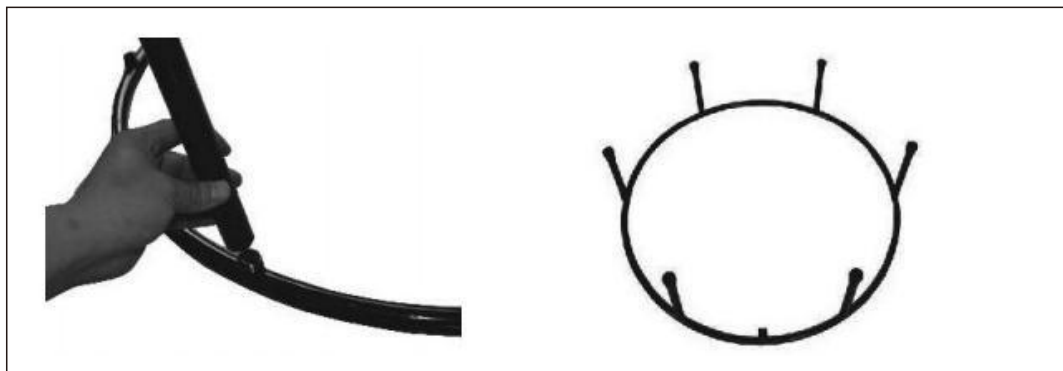
TR 14x 1pc

Assembly Instructions

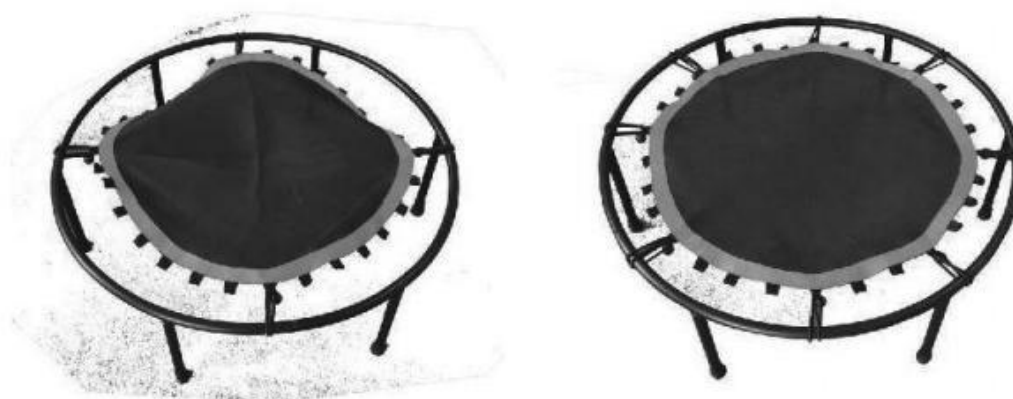
1. Lay all the trampoline part on the floor.



2. Connect the round frame and install the legs one by one. (Image 3).



3. With the trampoline frame now open and take out the jump mat in the middle of the frame ,now start to install the elastic springs, Install two elastic spring by two side of the frame.



4. Install the elastic spring to other two side of the frame, keep on install other ropes as show. (Attention: Install the jump mat need base on below Assembly Instructions)

Note: Please wear gloves when You install the elastic springs.



Stabilizer Bar Assembly Instructions

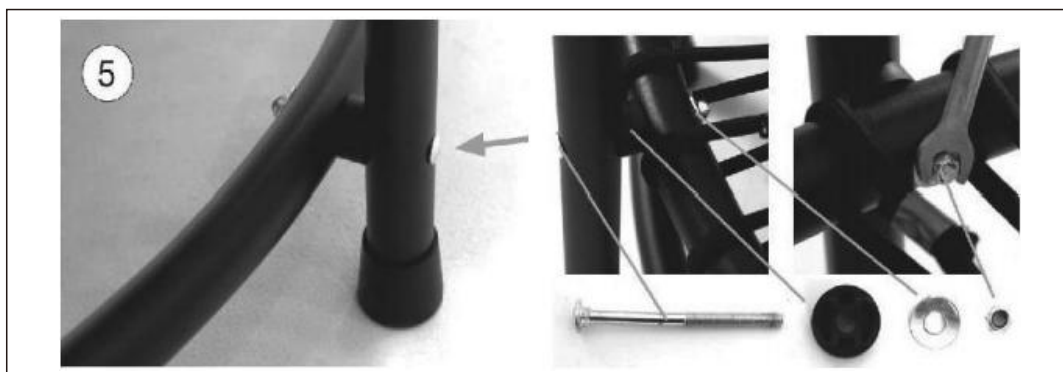
1. Please find out one side of the frame tube which have a hole (see picture), and take off two feet cap.



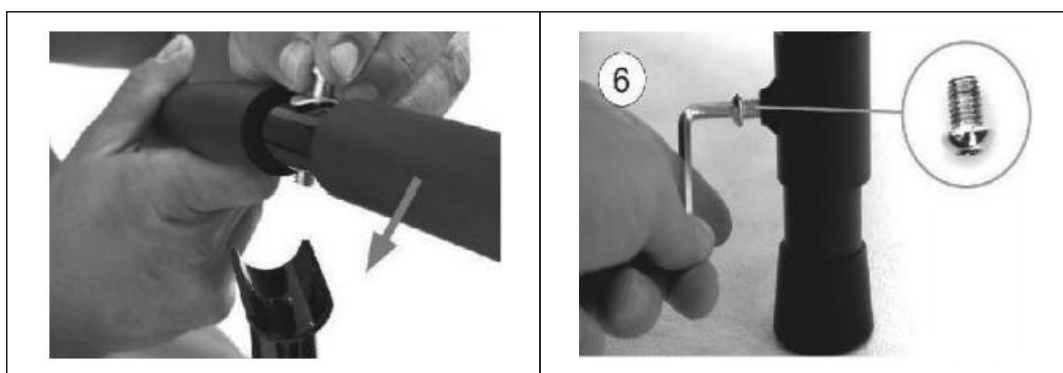
2. Please find out stabilizer bottom connect bar (TR09), install the bar into the each side of the legs, then install Two feet cap again.



3. Connect the connector (TR09) with the handle bar bottom (TR08) by two long screws.



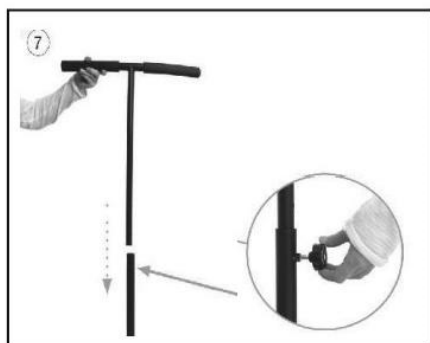
4. Install the two short screws on two side of connector by "L" tool.



5. Find out the top T bar (TR 06) and Adjust bar (TR 07), install as show.

6. Now we will install the T bar connector into the handle bar bottom.

7. Install the cover pad as show.



Vor Gebrauch

Warnung: Bitte stellen Sie sicher, dass die Beine vor dem Gebrauch festgezogen sind. Bitte lesen Sie die Anweisungen sorgfältig durch, bevor Sie dieses Produkt installieren, und bewahren Sie sie ordnungsgemäß auf.

1. Zu Ihrer Sicherheit lesen Sie bitte vor der Benutzung dieses Produkts die Bedienungsanleitung sorgfältig durch. Wir sind bestrebt, den Nutzern zufriedenstellende Verkaufsdienstleistungen zu bieten. Sollten Teile fehlen oder beschädigt sein, können Sie jederzeit den Kundenservice kontaktieren. Unsere Kundendienstabteilung wird Ihnen jederzeit schnelle und qualitativ hochwertige Dienstleistungen zur Lösung Ihrer Probleme bieten. Dieses Produkt wird für Personen über 7 Jahre empfohlen. Wenn Sie mehr als 100 kg wiegen, verwenden Sie dieses Produkt bitte nicht.
2. Die Beine des montierten Trampolins sind während des Produktionsprozesses fest installiert. Bitte stellen Sie sicher, dass während der Montage kein Kraftaufwand ausgeübt wird, der die Beine verformen könnte.
3. Es wird empfohlen, das Trampolin außerhalb der Reichweite von Kindern oder Tieren aufzubewahren und von zwei oder mehr Erwachsenen in einer offenen, trockenen und sauberen Umgebung zu bedienen.
4. Beim Gebrauch des montierten Trampolins verwenden Sie es bitte auf einem vollkommen ebenen Untergrund. Wenn der Untergrund während der Benutzung nicht eben ist, kann sich das Trampolin verformen.
5. Es wird empfohlen, vor der Benutzung des zusammengebauten Trampolins sicherzustellen, dass das Trampolin auf ebenem Boden steht und auf beiden Seiten sowie am Sprungtuch mindestens 2,5 Meter breit und 8 Meter lang freigehalten werden. Bitte beachten Sie, dass sich unter dem zusammengebauten Trampolin nichts befinden darf und im Bereich vor der Benutzung Sicherheitsvorrichtungen vorhanden sein müssen.
6. Es wird empfohlen, dass der Bereich für die Nutzung des Trampolins eben sein muss und keine Hindernisse wie Bäume, Äste, Steine, Drähte, Sprinkleranlagen usw. vorhanden sind, um schwere Verletzungen beim Aufprall auf diese Hindernisse zu vermeiden.
7. Vor der Benutzung des zusammengebauten Trampolins bitte gründlich aufwärmen und mindestens 5 Minuten dehnen, um Muskelzerrungen vorzubeugen.
8. Beginnen Sie mit dem aeroben Trampolintraining jeden zweiten Tag und steigern Sie nach einigen Wochen das Training auf fünf Tage pro Woche. Es wird empfohlen, die Zeit für die Übung oder Kombination von Übungen zu planen. Beginnen Sie mit der minimalen Anzahl an Minuten und steigern Sie diese dann allmählich auf die maximal empfohlene Zeit.
9. Nachdem Sie mit dem Grundtraining dieses Produkts vertraut sind, können Sie Ihre eigene gewohnheitsmäßige Art entwickeln, verschiedene Übungen zu kombinieren, und Sie werden Ihr Training mehr genießen.
10. Das Verpackungsmaterial ist kein Spielzeug. Bitte halten Sie Reste oder Abfälle während der Installation von Kindern unter 6 Jahren fern und entsorgen Sie diese nach der Installation ordnungsgemäß.
11. Bitte überprüfen Sie vor der Benutzung des Trampolins sorgfältig, ob alle Teile und Komponenten fest sitzen oder fehlen. Wenn ein Problem festgestellt wird, stellen Sie die Benutzung sofort ein.

Wichtige Hinweise

1. Personen, die mehr als 100 kg wiegen, sollten dieses Produkt nicht verwenden.
2. Die Trampolinfedern sind fest installiert, achten Sie darauf, beim Zusammenbauen nicht Ihre Finger oder Hände einzuklemmen.
3. Die elastischen Federn sind zu Beginn der Nutzung steif und werden mit der Zeit lockerer. Bitte seien Sie vorsichtig, um Verletzungen beim Aufbau des Trampolins zu vermeiden.
4. Das Trampolin muss auf Wand-zu-Wand-Teppich oder rutschfestem Bodenbelag verwendet werden, damit das Produkt während der Benutzung nicht verrutscht.

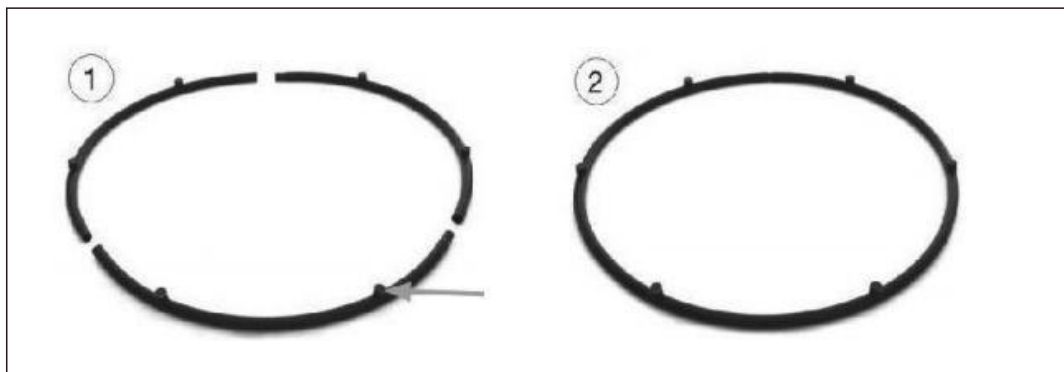
Teileliste

Ref.Nr.	Teilenummer	Beschreibung	Einheit
1	TR 01	Trampolingerüst	3
2	TR 02	Trampolinbeine	6
3	TR 03	Sprungtuch	1
4	TR 04	Elastische Federn	30
5	TR 05	Bodenschrauben M8x15mm	2
6	TR 06	Oberer Griffbügel	1
7	TR 07	Verstellbarer Bügel (oben)	1
8	TR 08	Griffbügel (unten)	1
9	TR 09	Griffbügel (Verbinder)	1
10	TR 10	Werkzeug 1	1
11	TR 11	Werkzeug 2	1
12	TR 12	Rahmenschrauben M8 ×80mm	2
13	TR 13	Einstellschrauben M8x35mm	1
14	TR 14	Oberstangenschrauben M8x30mm	1
15	TR 15	Handbuch	1

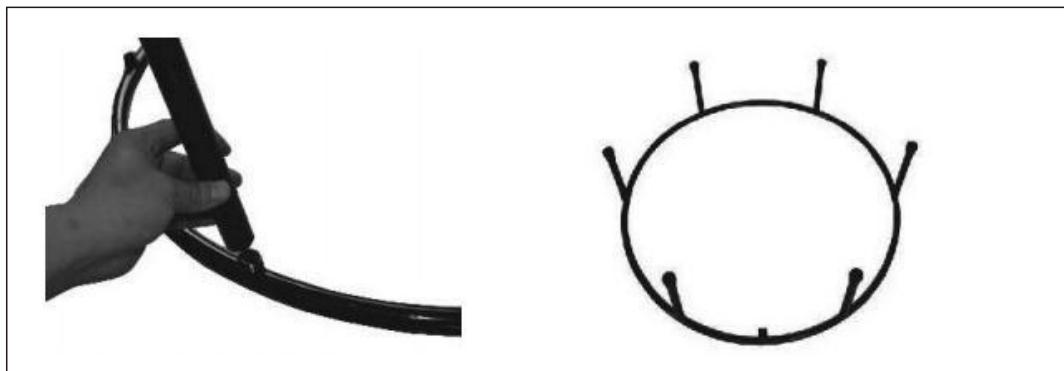
 TR01A x3 Stück	 TR 02×6Stück	 TR 03×1Stk
 TR 04×30Stück	 TR 05×2 Stück	 TR 06×1Stk
 TR 07×1Stk	 TR 08×1Stk	 TR 09×1Stk
 TR10×1Stk	 TR 11×1Stk	 TR 12×2Stück
 TR 13×1 Stk	 TR 14x 1Stk	

Montageanleitung

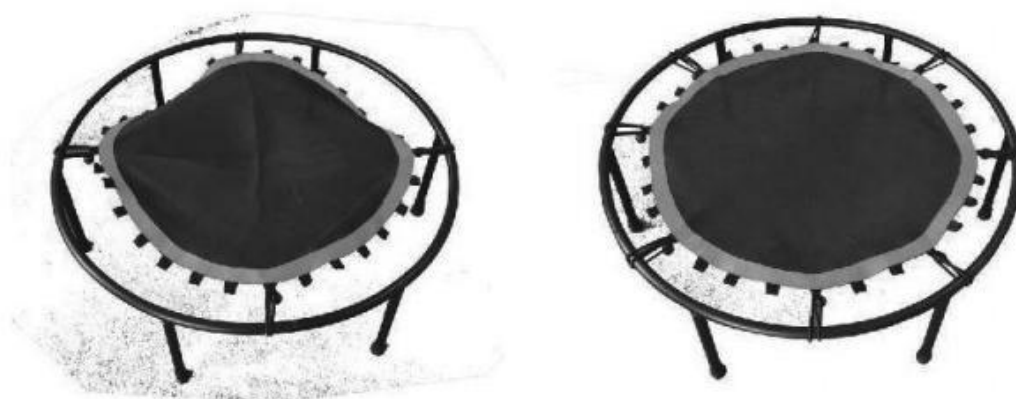
1. Legen Sie alle Trampolinteile auf den Boden.



2. Verbinden Sie den runden Rahmen und montieren Sie die Beine nacheinander. (Bild 3).



3. Öffnen Sie nun den Trampolinrahmen und nehmen Sie die Sprungmatte aus der Mitte des Rahmens heraus. Beginnen Sie nun mit der Installation der elastischen Federn, installieren Sie zwei elastische Federn an zwei Seiten des Rahmens.



4. Installieren Sie die elastischen Federn an den anderen zwei Seiten des Rahmens und fahren Sie mit der Installation der weiteren Seile wie gezeigt fort. (Achtung: Die Installation der Sprungmatte muss gemäß der untenstehenden Montageanleitung erfolgen.)

Hinweis: Bitte tragen Sie Handschuhe, wenn Sie die elastischen Federn installieren.



Montageanleitung für die Stabilisierungsstange

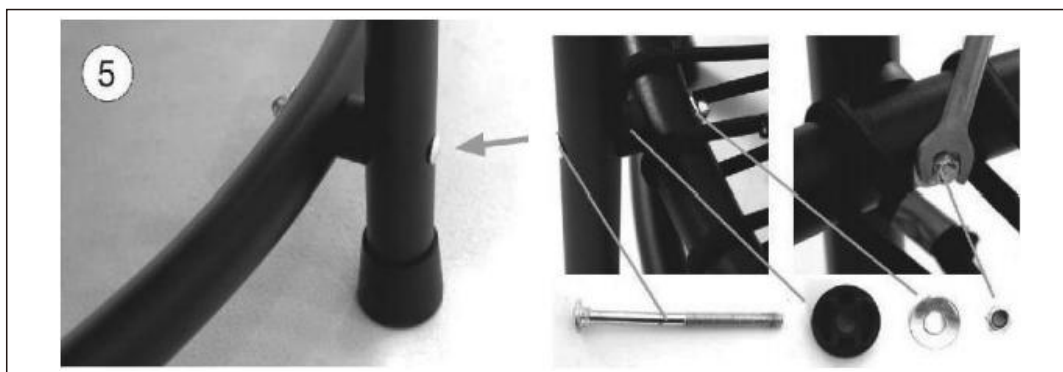
1. Bitte finden Sie eine Seite des Rahmentubus, die ein Loch hat (siehe Bild), und nehmen Sie die beiden Fußkappen ab.



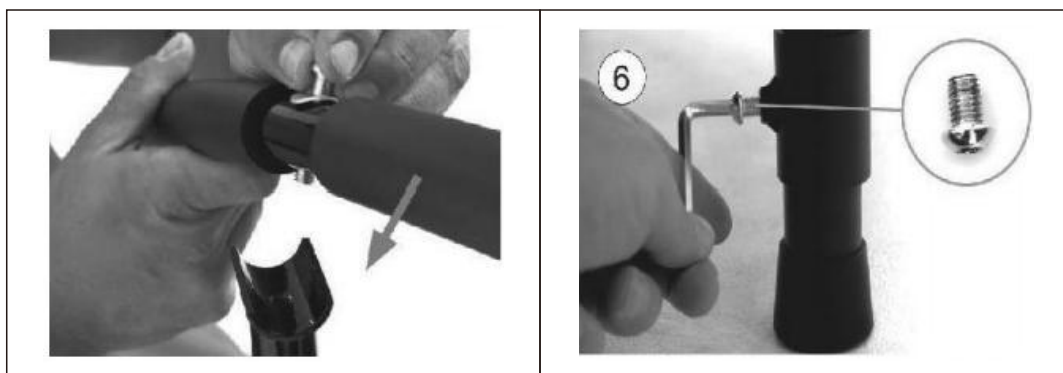
2. Bitte finden Sie die untere Verbindungsstange des Stabilisators (TR 09), montieren Sie die Stange an jeder Seite der Beine und setzen Sie dann die beiden Fußkappen wieder auf.



3. Verbinden Sie nun den Verbinder (TR09) mit der Unterseite der Griffstange (TR08) mit zwei langen Schrauben.



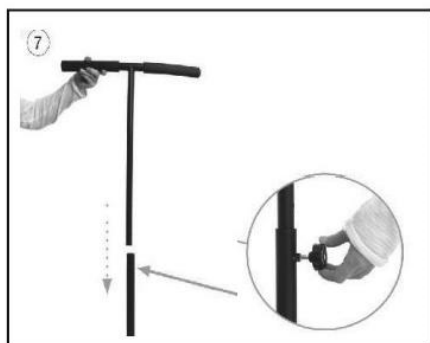
4. Befestigen Sie die beiden kurzen Schrauben an den beiden Seiten des Verbinders mit dem "L"-Werkzeug.



5. Finden Sie die obere T-Stange (TR06) und die Einstellstange (TR07) und montieren Sie sie wie gezeigt.

6. Jetzt installieren wir den T-Stangenverbinder am unteren Griffbügel.

7. Montieren Sie die Abdeckplatte wie gezeigt.



Avant utilisation

Avertissement : Veuillez vous assurer que les pieds sont bien serrés avant utilisation. Veuillez lire attentivement les instructions avant d'installer ce produit et les conserver correctement.

1. Pour votre sécurité, veuillez lire attentivement le manuel d'instructions avant d'utiliser ce produit. Nous nous engageons à fournir aux utilisateurs des services après-vente satisfaisants. Si des pièces manquent ou sont endommagées, vous pouvez contacter le service client à tout moment. Notre service après-vente fournira des services rapides et de haute qualité pour résoudre vos problèmes à tout moment. Ce produit est recommandé pour les personnes de plus de 7 ans. Si vous pesez plus de 100 kg, veuillez ne pas utiliser ce produit.
2. Les pieds du trampoline assemblé sont solidement installés lors du processus de production. Veuillez vous assurer qu'aucune force n'est appliquée pendant le montage afin d'éviter toute déformation des pieds.
3. Il est recommandé de le ranger hors de portée des enfants ou des animaux et d'être utilisé par deux adultes ou plus dans un environnement ouvert, sec et propre.
4. Lors de l'utilisation du trampoline assemblé, veuillez l'utiliser sur un sol parfaitement plat. Si le sol n'est pas plat pendant l'utilisation, le trampoline peut se déformer.
5. Il est recommandé, avant d'utiliser le trampoline assemblé, de s'assurer que le trampoline est placé sur un sol plat, et de garder au moins 2,5 mètres de large et 8 mètres de large de chaque côté et du lit. Veuillez noter qu'il ne doit rien y avoir sous le trampoline assemblé et qu'il doit y avoir des dispositifs de sécurité dans la zone avant utilisation.
6. Il est recommandé que la zone d'utilisation du trampoline soit sur un sol plat sans aucun obstacle, arbre, branche, roche, fil, arroseur, etc., afin d'éviter des blessures graves en cas de choc contre ces obstacles.
7. Avant d'utiliser le trampoline assemblé, veuillez vous échauffer soigneusement et vous étirer pendant au moins 5 minutes pour aider à prévenir les tensions musculaires.
8. Commencez l'entraînement aérobique sur trampoline un jour sur deux, puis commencez à vous entraîner cinq jours par semaine après quelques semaines. Il est recommandé d'organiser le temps pour l'action ou la combinaison d'actions. Commencez par le nombre minimum de minutes, puis augmentez progressivement jusqu'au temps maximum recommandé.
9. Après vous être familiarisé avec la formation de base de ce produit, vous pouvez innover et développer votre propre manière habituelle de combiner divers exercices, et vous apprécierez davantage votre entraînement.
10. Le matériau d'emballage n'est pas un jouet. Veuillez tenir les restes ou déchets hors de portée des enfants de moins de 6 ans pendant l'installation, et les manipuler et éliminer correctement après l'installation.
11. Avant d'utiliser le trampoline, veuillez vérifier attentivement si chaque pièce et composant est desserré ou manquant. En cas de problème, veuillez cesser immédiatement son utilisation.

Notes importantes

1. Les personnes pesant plus de 100 kg ne doivent pas utiliser ce produit.
2. Les pieds du trampoline sont solidement installés, faites attention à ne pas vous pincer les doigts ou les mains lors de l'assemblage.
3. Les ressorts élastiques seront rigides au début de l'utilisation et deviendront plus souples avec le temps. Veuillez faire attention à ne pas vous blesser lors de l'installation du trampoline.
4. Le trampoline doit être utilisé sur une moquette mur à mur ou un sol antidérapant, afin que le produit ne glisse pas pendant son utilisation.

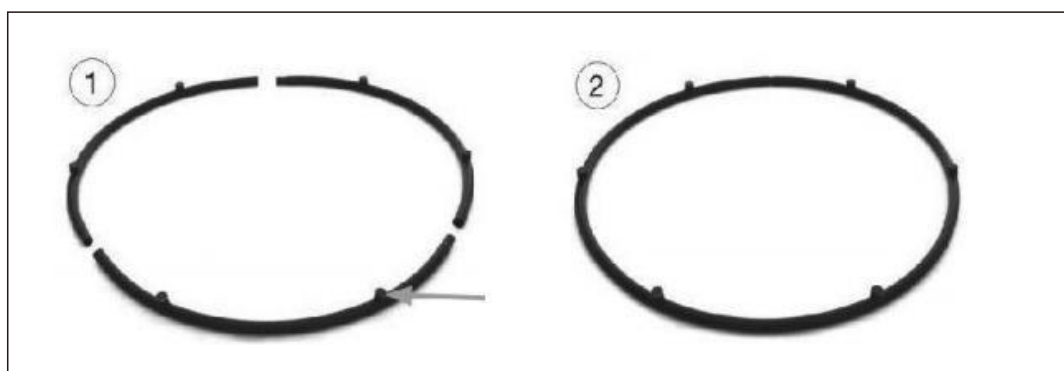
Liste des pièces

Réf. N°	Numéro de pièce	Description	Unité
1	TR 01	Cadre de trampoline	3
2	TR 02	Pieds de trampoline	6
3	TR 03	Tapis de saut	1
4	TR 04	Ressorts élastiques	30
5	TR 05	vis inférieures M8x15mm	2
6	TR 06	Barre de poignée supérieure	1
7	TR 07	Barre de réglage (supérieure)	1
8	TR 08	Barre de poignée (inférieure)	1
9	TR 09	Poignée (connecteur)	1
10	TR 10	Outil 1	1
11	TR 11	Outil 2	1
12	TR 12	Vis de cadre M8 ×80mm	2
13	TR 13	Vis de réglage M8x35mm	1
14	TR 14	Vis de barre supérieure M8x30mm	1
15	TR 15	Manuel	1

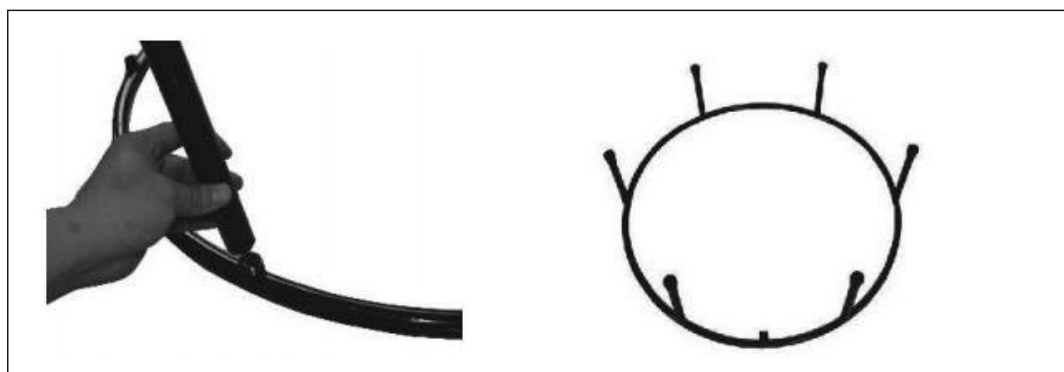
 TR01A x3 pcs	 TR 02×6pcs	 TR 03×1pc
 TR 04×30 pcs	 TR 05×2 pcs	 TR 06×1pc
 TR 07×1pc	 TR 08×1pc	 TR 09×1pc
 TR 10×1pc	 TR 11×1pc	 TR 12×2 pcs
 TR 13×1 pc	 TR 14x 1pc	

Instructions de montage

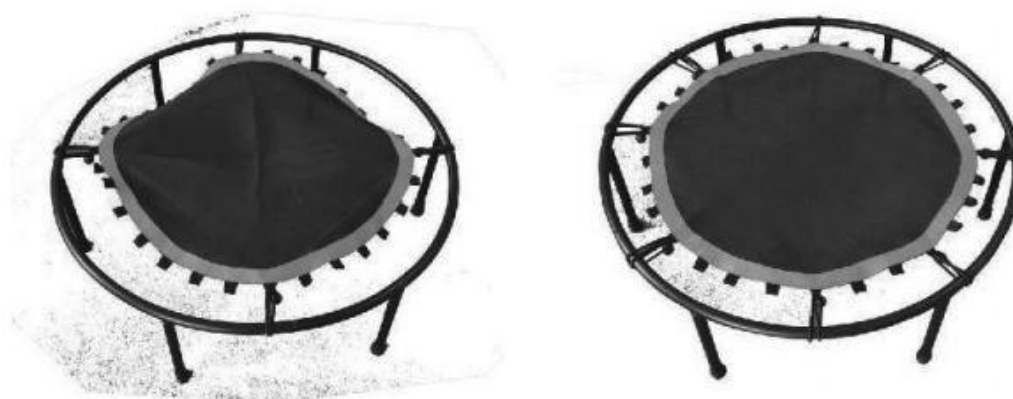
1. Posez toutes les pièces du trampoline sur le sol.



2. Connectez le cadre rond et installez les pieds un par un. (Image 3).



3. Avec le cadre du trampoline maintenant ouvert, retirez le tapis de saut au centre du cadre, puis commencez à installer les ressorts élastiques. Installez deux ressorts élastiques de chaque côté du cadre.



4. Installez les ressorts élastiques sur les deux autres côtés du cadre, continuez à installer les autres cordes comme indiqué. (attention : l'installation du tapis de saut doit se faire selon les instructions d'assemblage ci-dessous)

Remarque : Veuillez porter des gants lors de l'installation des ressorts élastiques.



Instructions d'assemblage de la barre stabilisatrice

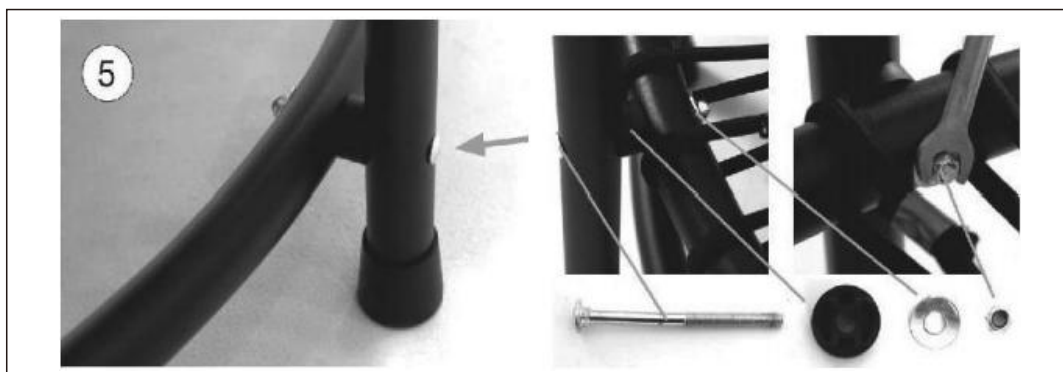
1. Veuillez trouver un côté du tube du cadre qui comporte un trou (voir photo), et retirez les deux embouts de pied.



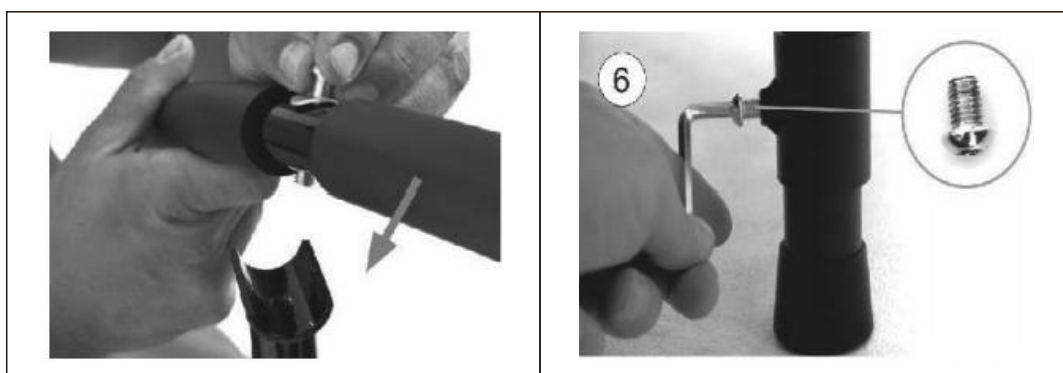
2. Veuillez trouver la barre de connexion inférieure du stabilisateur (TR 09), installez la barre de chaque côté des pieds, puis remettez les deux embouts de pied.



3. Maintenant, connectez le connecteur (TR09) avec le bas du guidon (TR08) à l'aide de deux longues vis.



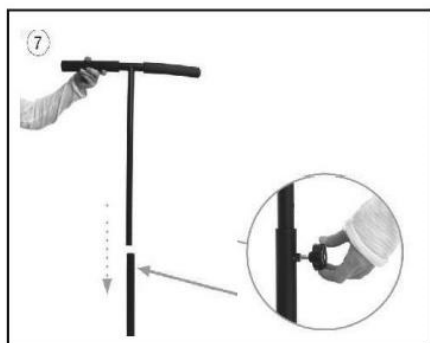
4. Installez les deux vis courtes de chaque côté du connecteur avec l'outil en "L".



5. Trouvez la barre en T supérieure (TR06) et la barre de réglage (TR07), installez-les comme indiqué.

6. Maintenant, nous allons installer le connecteur de barre en T dans le bas du guidon.

7. Installez le coussinet de protection comme indiqué.



Prima dell'uso

Avvertenza: Assicurarsi che le gambe siano ben serrate prima dell'uso. Si prega di leggere attentamente le istruzioni prima di installare questo prodotto e conservarle correttamente.

1. Per la vostra sicurezza, si prega di leggere attentamente il manuale di istruzioni prima di utilizzare questo prodotto. Ci impegniamo a fornire agli utenti servizi post-vendita soddisfacenti. Se mancano parti o sono danneggiate, potete contattare il servizio clienti in qualsiasi momento. Il nostro reparto assistenza post-vendita fornirà servizi rapidi e di alta qualità per risolvere i vostri problemi in qualsiasi momento. Questo prodotto è consigliato per l'uso da parte di persone di età superiore ai 7 anni. Se il vostro peso supera i 150 kg, si prega di non utilizzare questo prodotto.
2. Le gambe del trampolino assemblato sono fissate saldamente durante il processo di produzione. Si prega di assicurarsi che durante il montaggio non venga applicata alcuna forza che possa deformare le gambe.
3. Si consiglia di conservarlo lontano da bambini o animali e di farlo utilizzare da due o più adulti in un ambiente aperto, asciutto e pulito.
4. Quando si utilizza il trampolino assemblato, si prega di posizionarlo su un terreno completamente piano. Se il terreno non è piano durante l'uso, il trampolino potrebbe deformarsi.
5. Si consiglia, prima di utilizzare il trampolino assemblato, di assicurarsi che il trampolino sia posizionato su un terreno livellato, mantenendo almeno 2,5 metri di spazio libero su entrambi i lati e 8 metri di spazio libero davanti e dietro al letto. Si prega di notare che non deve esserci nulla sotto il trampolino assemblato e che nell'area devono essere presenti dispositivi di sicurezza prima dell'uso.
6. Si raccomanda che l'area di utilizzo del trampolino sia su terreno livellato, senza ostacoli, alberi, rami, rocce, fili, irrigatori, ecc., per prevenire gravi infortuni in caso di urto contro questi ostacoli.
7. Prima di utilizzare il trampolino assemblato, si prega di riscaldarsi accuratamente e fare stretching per almeno 5 minuti per aiutare a prevenire stiramenti muscolari.
8. Iniziare l'allenamento aerobico sul trampolino a giorni alterni, e dopo alcune settimane iniziare ad allenarsi cinque giorni alla settimana. Si consiglia di organizzare il tempo per l'azione o la combinazione di azioni. Iniziare con il numero minimo di minuti e poi aumentare gradualmente fino al tempo massimo raccomandato.
9. Dopo aver acquisito familiarità con l'allenamento di base di questo prodotto, è possibile innovare e sviluppare il proprio modo abituale di combinare vari esercizi, e si godrà di più il proprio esercizio.
10. Il materiale di imballaggio non è un giocattolo. Si prega di tenere i residui o i rifiuti lontano dai bambini di età inferiore ai 6 anni durante l'installazione e di gestirli e smaltirli correttamente dopo l'installazione.
11. Prima di utilizzare il trampolino, si prega di controllare attentamente se ogni parte e componente è allentato o mancante. In caso di problemi, interrompere immediatamente l'uso.

Note Importanti

1. Le persone con un peso superiore a 150 kg non devono utilizzare questo prodotto.
2. Le gambe del trampolino sono saldamente installate, fai attenzione a non pizzicare dita o mani durante il montaggio.
3. Le molle elastiche saranno rigide all'inizio dell'uso e si allenteranno nel tempo. Si prega di fare attenzione a non farsi male durante l'installazione del trampolino.
4. Il trampolino deve essere utilizzato su moquette a parete o pavimenti antiscivolo, in modo che il prodotto non scivoli durante l'uso.

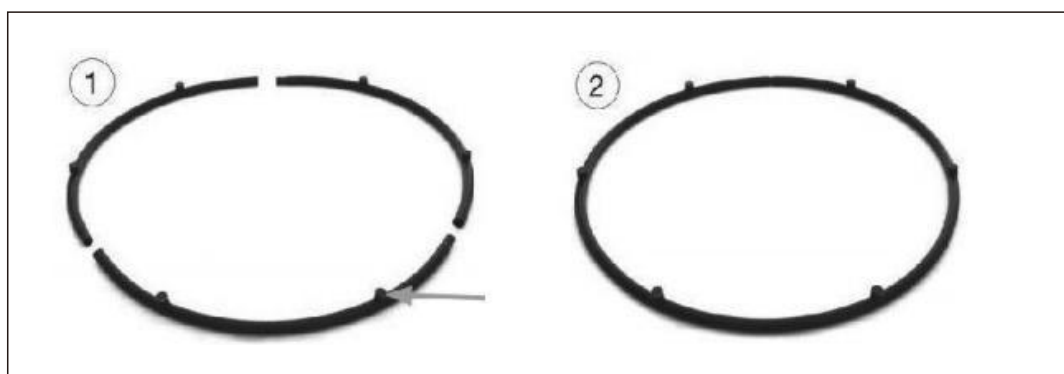
Elenco Parti

Numero di riferimento	Numero di parte	Descrizione	Unità
1	TR 01	Telaio del trampolino	3
2	TR 02	Gambe del trampolino	6
3	TR 03	Tappeto elastico	1
4	TR 04	Molle elastiche	30
5	TR 05	viti inferiori M8x15mm	2
6	TR 06	Maniglia superiore	1
7	TR 07	barra di regolazione (superiore)	1
8	TR 08	Maniglia (inferiore)	1
9	TR 09	Manubrio (connettore)	1
10	TR 10	Attrezzo 1	1
11	TR 11	Attrezzo 2	1
12	TR 12	Viti telaio M8 ×80mm	2
13	TR 13	Viti di regolazione M8x35mm	1
14	TR 14	Viti barra superiore M8x30mm	1
15	TR 15	Manuale	1

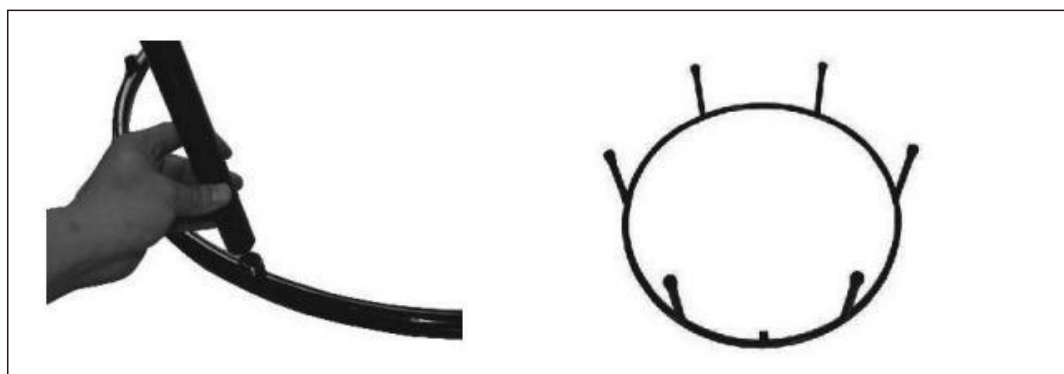
 TR01A x3 pz	 TR 02×6pz	 TR 03×pz
 TR 04×30 pz	 TR 05×2 pz	 TR 06×1pz
 TR 07×1pz	 TR 08×1pz	 TR 09×1pz
 TR 10×1pz	 TR 11×1pz	 TR 12×2 pz
 TR 13×1 pz	 TR 14x 1pz	

Istruzioni per il montaggio

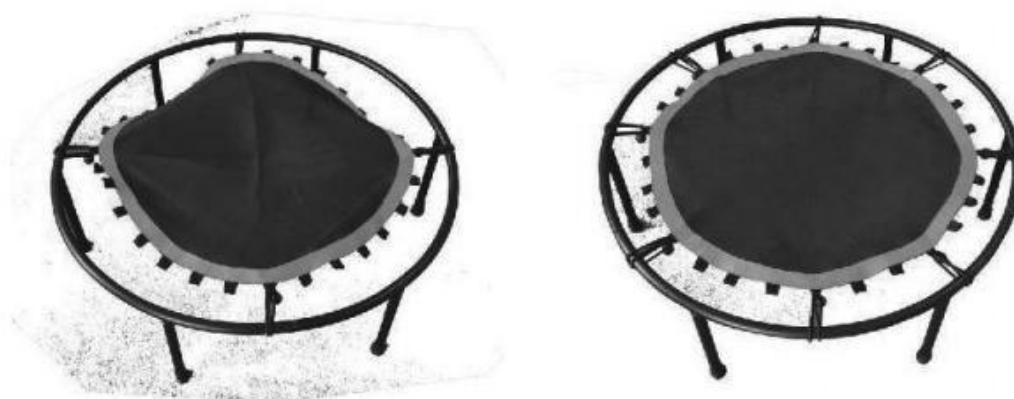
1. Posiziona tutte le parti del trampolino sul pavimento.



2. Collega il telaio rotondo e installa le gambe una per una. (Immagine 3).



3. Con il telaio del trampolino ora aperto, estrarre il tappeto elastico al centro del telaio, quindi iniziare a installare le molle elastiche, installare due molle elastiche su due lati del telaio



4. Installare le molle elastiche sugli altri due lati del telaio, continuare a installare le altre corde come mostrato. (attenzione: l'installazione del tappeto elastico deve basarsi sulle istruzioni di montaggio sottostanti)

Nota: Si prega di indossare guanti durante l'installazione delle molle elastiche.



Istruzioni per il montaggio della barra stabilizzatrice

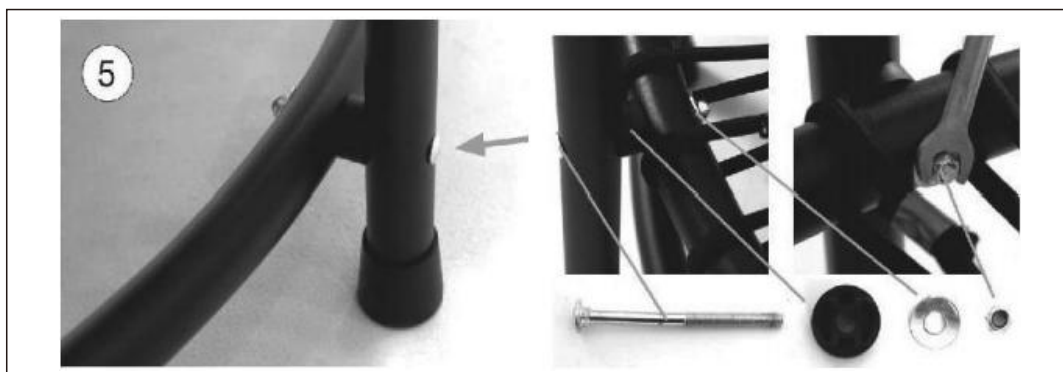
1. Si prega di individuare un lato del tubo del telaio che abbia un foro (vedi immagine) e rimuovere due copripiedi.



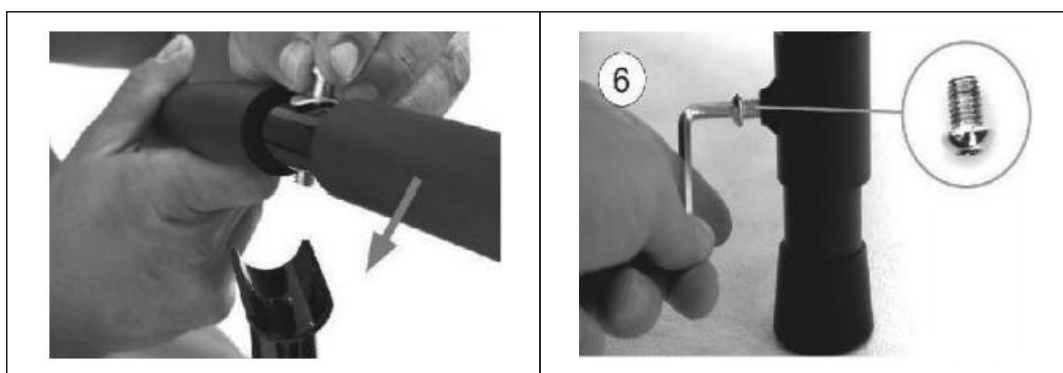
2. Si prega di individuare la barra di collegamento inferiore dello stabilizzatore (TR09), installare la barra su ciascun lato delle gambe, quindi reinstallare i due copripiedi.



3. Ora collegare il connettore (TR09) con la parte inferiore del manubrio (TR08) utilizzando due viti lunghe.



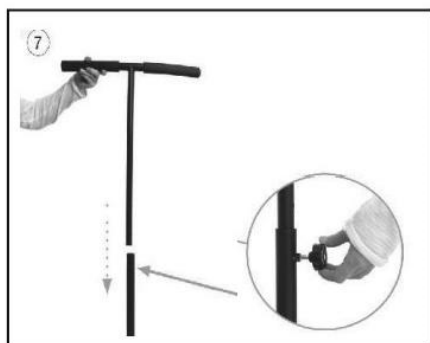
4. Installare le due viti corte su entrambi i lati del connettore con l'utensile a "L".



5. Individuare la barra a T superiore (TR06) e la barra di regolazione (TR07), installare come mostrato.

6. Ora installeremo il connettore della barra a T nella parte inferiore del manubrio.

7. Installare il cuscinetto di copertura come mostrato.



Antes de usar

Advertencia: Asegúrese de que las patas estén bien apretadas antes de usar. Lea las instrucciones cuidadosamente antes de instalar este producto y guárdelas adecuadamente.

1. Para su seguridad, lea el manual de instrucciones detenidamente antes de usar este producto. Nos comprometemos a ofrecer a los usuarios servicios de venta satisfactorios. Si falta alguna pieza o está dañada, puede contactar con el servicio de atención al cliente en cualquier momento. Nuestro departamento de postventa proporcionará servicios rápidos y de alta calidad para resolver sus problemas en cualquier momento. Se recomienda que este producto sea utilizado por personas mayores de 7 años. Si pesa más de 150 kg, por favor no utilice este producto.
2. Las patas del trampolín ensamblado están firmemente instaladas durante el proceso de producción. Por favor, asegúrese de no aplicar fuerza durante el proceso de montaje que pueda causar la deformación de las patas.
3. Se recomienda guardar fuera del alcance de niños o animales y que sea operado por dos o más adultos en un ambiente abierto, seco y limpio.
4. Al usar el trampolín ensamblado, por favor utilícelo sobre un terreno completamente plano. Si el terreno no está nivelado durante el uso, el trampolín puede deformarse.
5. Se recomienda que antes de usar el trampolín ensamblado, asegúrese de que el trampolín esté colocado sobre un terreno nivelado, y mantenga al menos 2.5 metros de ancho y 8 metros de largo a ambos lados y sobre la cama. Tenga en cuenta que no debe haber nada debajo del trampolín ensamblado y debe haber instalaciones de seguridad en el área antes de su uso.
6. Se recomienda que el área de uso del trampolín esté en terreno nivelado sin ningún obstáculo, árboles, ramas, rocas, cables, aspersores, etc., para evitar lesiones graves al chocar con estos obstáculos.
7. Antes de usar el trampolín ensamblado, por favor realice un calentamiento completo y estire durante al menos 5 minutos para ayudar a prevenir lesiones musculares.
8. Comience el entrenamiento aeróbico en el trampolín día por medio, y comience a entrenar cinco días a la semana después de unas semanas. Se recomienda organizar el tiempo para la acción o combinación de acciones. Comience con el número mínimo de minutos y luego aumente gradualmente hasta el tiempo máximo recomendado.
9. Después de familiarizarse con el entrenamiento básico de este producto, puede innovar y desarrollar su propia forma habitual de combinar varios ejercicios, y disfrutará más de su ejercicio.
10. El material de embalaje no es un juguete. Por favor, mantenga los restos o desechos fuera del alcance de niños menores de 6 años durante la instalación, y manipúlelos y deséchelos adecuadamente después de la instalación.
11. Antes de usar el trampolín, revise cuidadosamente si alguna pieza o componente está suelto o falta. Si encuentra algún problema, deje de usarlo inmediatamente.

Notas importantes

1. Las personas que pesen más de 150 kg no deben usar este producto.
2. Las patas del trampolín están firmemente instaladas, tenga cuidado de no pellizcarse los dedos o las manos durante el montaje.
3. Los resortes elásticos estarán rígidos al principio de su uso y se aflojarán con el tiempo. Por favor, tenga cuidado de no lesionarse al instalar el trampolín.
4. El trampolín debe usarse sobre alfombra de pared a pared o suelo antideslizante, para que el producto no se deslice durante su uso.

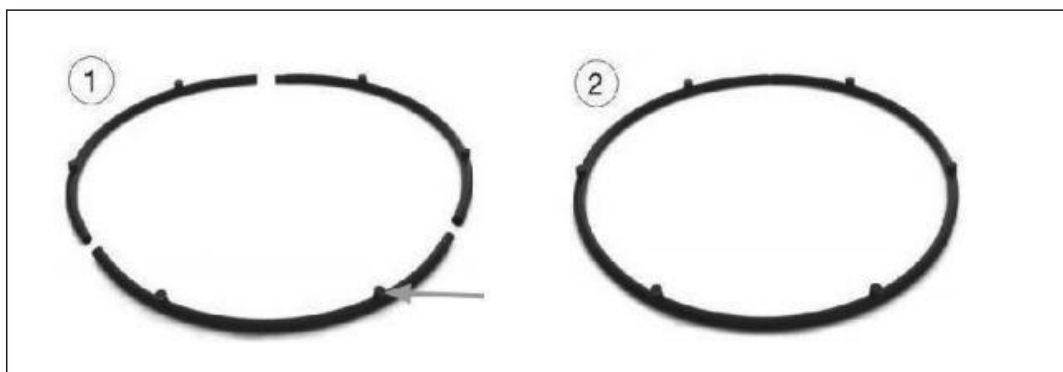
Lista de accesorios

Número de referencia	Número de pieza	Descripción	Unidad
1	TR 01	Estructura del trampolín	3
2	TR 02	Patas del trampolín	6
3	TR 03	Colchoneta de salto	1
4	TR 04	Resortes elásticos	30
5	TR 05	Tornillos inferiores M8x15mm	2
6	TR 06	Barra de mango superior	1
7	TR 07	Barra de ajuste (superior)	1
8	TR 08	Manillar (parte inferior)	1
9	TR 09	Manillar (conector)	1
10	TR 10	Herramienta 1	1
11	TR 11	Herramienta 2	1
12	TR 12	Tornillos para marco M8x80mm	2
13	TR 13	Tornillos de ajuste M8x35mm	1
14	TR 14	Tornillos para barra superior M8x30mm	1
15	TR 15	Manual	1

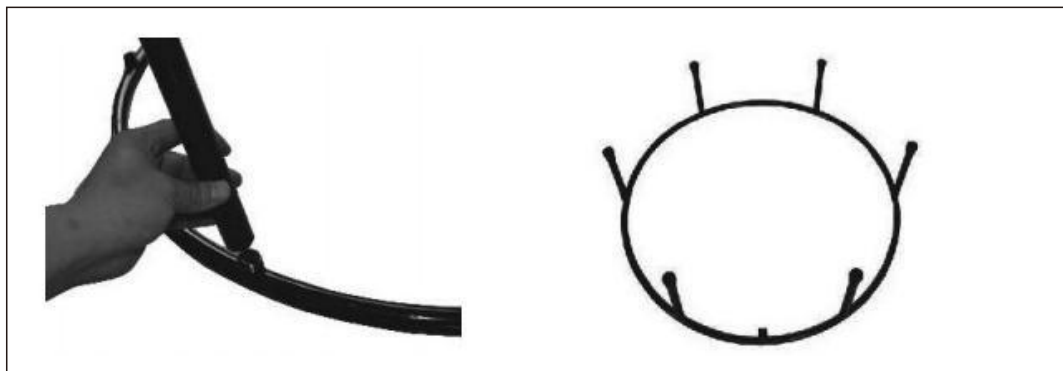
 TR01A x3 pz	 TR 02x6pz	 TR 03xpz
 TR 04x30 pz	 TR 05x2 pz	 TR 06x1pz
 TR 07x1pz	 TR 08x1pz	 TR 09x1pz
 TR 10x1pz	 TR 11x1pz	 TR 12x2 pz
 TR 13x1 pz	 TR 14x 1pz	

Instrucciones de montaje

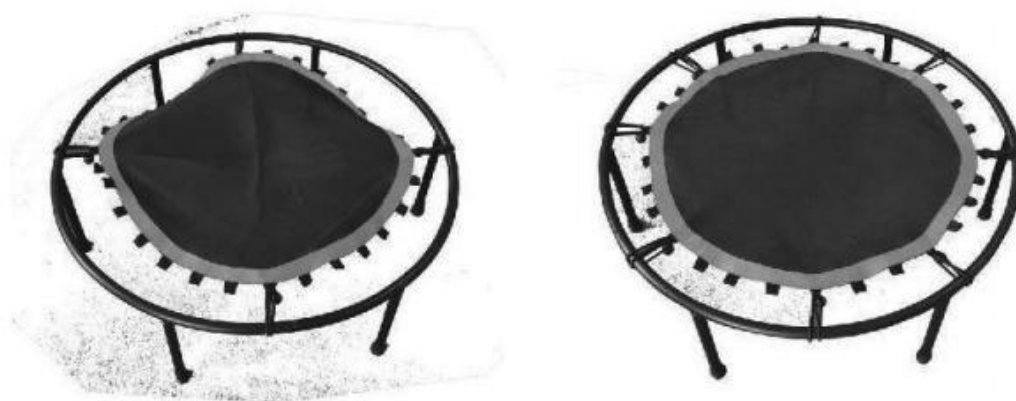
1. Coloca todas las piezas del trampolín en el suelo.



2. Conecta el marco redondo e instala las patas una por una. (Imagen 3).



3. Con el marco de la cama elástica ahora abierto y sacada la lona de salto en el centro del marco, comienza a instalar los resortes elásticos. Instala dos resortes elásticos en cada lado del marco.



4. Instale el resorte elástico en los otros dos lados del marco, continúe instalando las demás cuerdas como se muestra. (Atención: La instalación de la lona de salto debe basarse en las Instrucciones de Montaje a continuación)

Nota: Por favor, use guantes al instalar los resortes elásticos.



Instrucciones de montaje de la barra estabilizadora

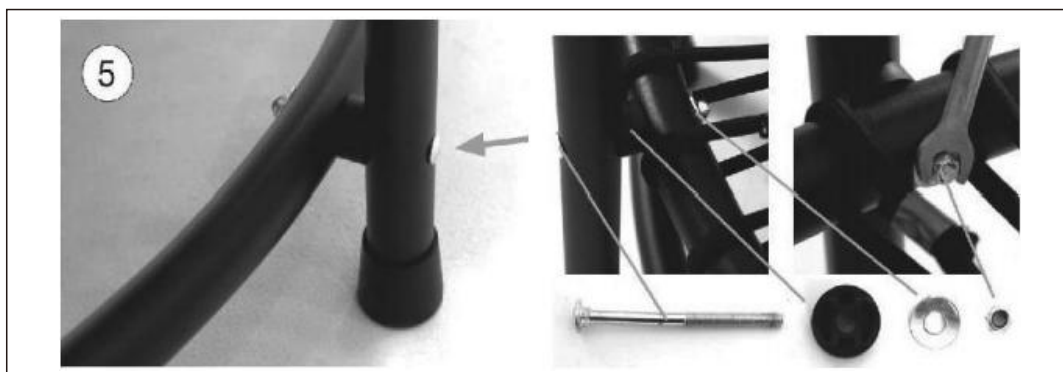
1. Por favor, localice un lado del tubo del marco que tenga un agujero (ver imagen) y retire las dos tapas de los pies.



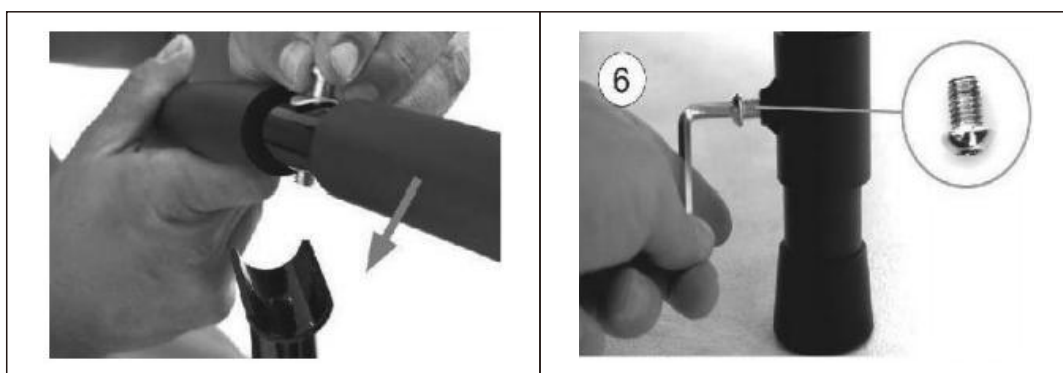
2. Por favor, localice la barra de conexión inferior del estabilizador (TR 09), instale la barra en cada lado de las patas, luego vuelva a instalar las tapas de los pies.



3. Conecte el conector (TR 09) con la parte inferior del manillar (TR 08) mediante dos tornillos largos.



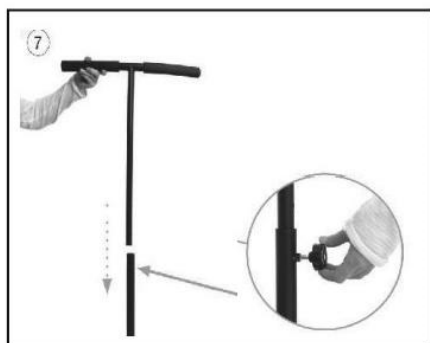
4. Instale los dos tornillos cortos en dos lados del conector con la herramienta en "L".



5. Encuentre la barra en T superior (TR 06) y la barra de ajuste (TR 07), instálelas como se muestra.

6. Ahora instalaremos el conector en T en la parte inferior del manillar.

7. Instale la almohadilla de cubierta como se muestra.



UK

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

Our contact details are below:



0044-800-240-4004



enquiries@mhstar.co.uk

IMPORTER ADDRESS:

MH STAR UK LTD

Unit 27, Perivale Park,

Horsenden lane South

Perivale, UB6 7RH

MADE IN CHINA

ES

Si tiene alguna pregunta, comuníquese con nuestro Centro de Atención al Cliente.

Nuestros datos de contacto son los siguientes:



0034-931294512



atencioncliente@aosom.es

Importador/Fabricante/REP:

Spanish Aosom, S.L.

C/ Roc Gros, nº 15. 08550, Els Hostalets de Balenyà, Spain.

B66295775

atencioncliente@aosom.es

TEL: 931294512

HECHO EN CHINA

FR

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

Nos coordonnées sont les suivantes:



0033-1-84166106



aosom@mhfrance.fr

Importé par/Fabricant/REP:

MH France

2, rue Maurice Hartmann

92130 Issy-les-Moulineaux

France

Fabriqué en Chine

PT

Se tiver alguma d  vida, por favor contacte o nosso Centro de Atendimento ao Cliente.

Os nossos dados de contacto s  o os seguintes:



0034-931294512



info@aosom.pt.

IMPORTADOR:

SPANISH AOSOM, S.L

C.ROC GROS N.15, 08550. ELS HOSTALETES DE BALENY  

TEL: 931294512 (SEG-SEX DAS 7:30H   S 16:30H)

INFO@AOSOM.PT

WWW.AOSOM.PT

DE

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

Unsere Kontaktdaten stehen unten:



0049-0(40)-87408465



service@aosom.de

Importeur/Hersteller/REP:

MH Handel GmbH

Wendenstra  e 309

D-20537 Hamburg

Germany

IN CHINA HERGESTELLT

IT

In caso di dubbio, si prega di contattare il nostro centro assistenza clienti.

I nostri dettagli di contatto sono di seguito:



0039-0249471447



clienti@aosom.it

IMPORTATO DA/Produttore/REP:

AOSOM Italy srl

Centro Direzionale Milanofiori

Strada 1 Palazzo F1

20057 Assago (MI)

P.I.: 08567220960

FATTO IN CINA

