

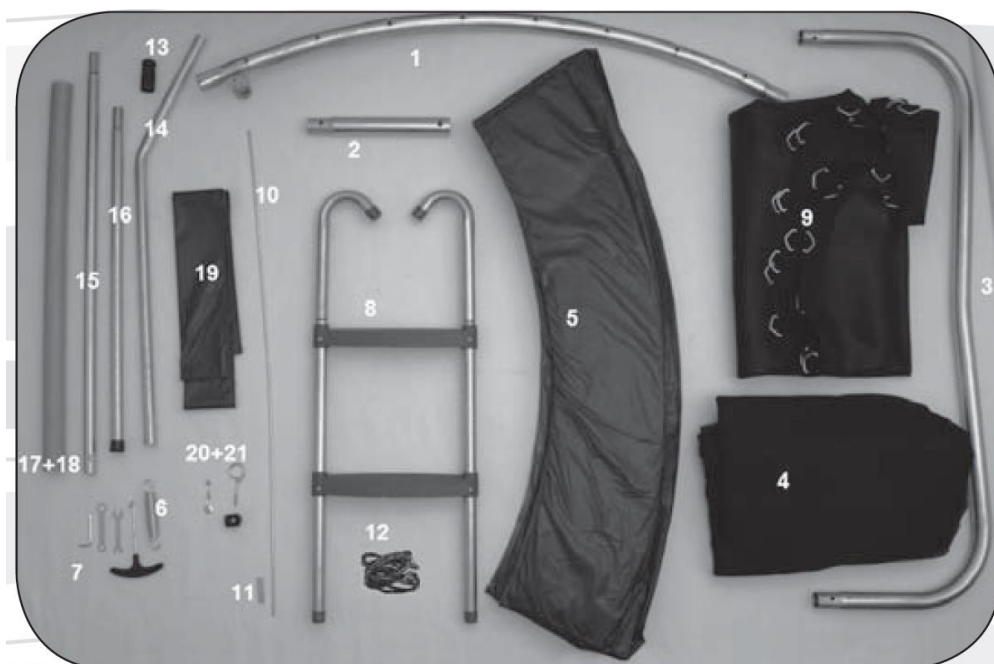
## Trampolína Marimex

### Návod k inštalácii



Ďakujeme, že ste si zakúpili trampolínu od spoločnosti Marimex. Veríme, že vám bude slúžiť mnoho rokov a spoločne zažijete pekné chvíle nielen vy, ale aj vaši blízki. Pred zostavením trampolíny si starostlivo preštudujte tento návod. Odporúčame návod uschovať pre prípad budúcej potreby.  
Váš Marimex

Č.	Názov dielu	183 cm	396 cm	427 cm		244 cm	305 cm	366 cm		Č.	457 cm	488 cm	
1	Trubka rámu	6	8	8	Krabica č. 1	6	6	8	Krabica č. 1	1	7	9	Krabica č. 1
2	Nástavec na nohu	6	8	8		6	6	8		2	10	12	
3	Noha v tvare U	3	4	4		3	3	4		3	2	3	
4	plocha skákacia	1	1	1		1	1	1		4	1	1	
5	kryt pružín	1	1	1		1	1	1		8	1	1	
6	pružina	36	80	80	48	54	72	1		3	3	Krabica č. 2	
7	náradie napínacie	1	1	1	1	1	1	3		3	3		
8	rebrík deluxe	1	1	1	1	1	1	5		1	1		
9	sieť ochranná	1	1	1	1	1	1	6		90	108		
10	Tyč obruče kovovej	6	12	12	6	8	10	7		1	1		
11	spojka obruče kovovej	6	12	12	6	8	10	9		1	1	Krabica č. 3	
12	lanko upínacie	1	1	1	1	1	1	10		14	16		
13	držiak obruče umelohmotný	6	8	8	6	6	8	11		14	16		
14	stojka ochrannej siete horná	6	8	8	6	6	8	12		1	1		
15	stojka ochrannej siete stredná	6	8	8	0	0	0	13		10	12		
16	stojka ochrannej siete dolná	6	8	8	6	6	8	14		10	12		
17	rukáv penový horný	6	8	8	6	6	8	15		10	12		
18	rukáv penový dolná	6	8	8	6	6	8	16		10	12		
19	rukáv PVC	6	8	8	6	6	8	17		10	12		
20	U-spona - skrutkovacia	12	16	16	12	12	16	18		10	12		
21	sada skrutiek k ochrannej sieti	18	24	24	12	12	16	19		10	12		
								20	20	24			
								21	30	36			



## **UPOZORNENIE:**

Pred stavbou a následným používaním je potrebné sa zoznámiť s inštrukciami v tomto návode. Návod uschovajte pre prípad, že uvedené informácie budete niekedy v budúcnosti potrebovať.

## **SKÔR AKO ZAČNETE STAVAŤ**

Pred začiatkom stavby si pozorne prečítajte tento návod.

Trampolínu musia zostavovať minimálne dve dospelé osoby podľa tohto návodu.

Trampolína musí byť umiestnená na rovnom, pevnom a nešmyklavom povrchu. V opačnom prípade hrozí prevrhnutie. Súčasne sa trampolína nesmie stavať na betón alebo iné tvrdé podklady.

Trampolína nesmie byť zapustená do zeme. Trampolínu neumiestňujte v okolí elektrického prúdu. Je dôležité, aby sa min. 1 meter od trampolíny nenachádzali ďalšie predmety. Ďalej je potrebné dohliadať, aby sa nad trampolínou nenachádzali konáre, elektrické drôty alebo nízky strop.

Po dokončení montáže všetky spoje skontrolujte a utiahnite.

Obalový materiál zlikvidujte zodpovedajúcim spôsobom. Zloženú trampolínu nepresúvajte. Ak je to nevyhnutné, je potrebná asistencia 4 osôb. Vždy ju prenášajte v horizontálnej polohe a potom ju

skontrolujte. Trampolína je určená iba na domáce použitie vonku. Pri montáži používajte vhodné náradie, pracujte s ním opatrne. Ďalej používajte ochranné rukavice.

### **KROK 1**

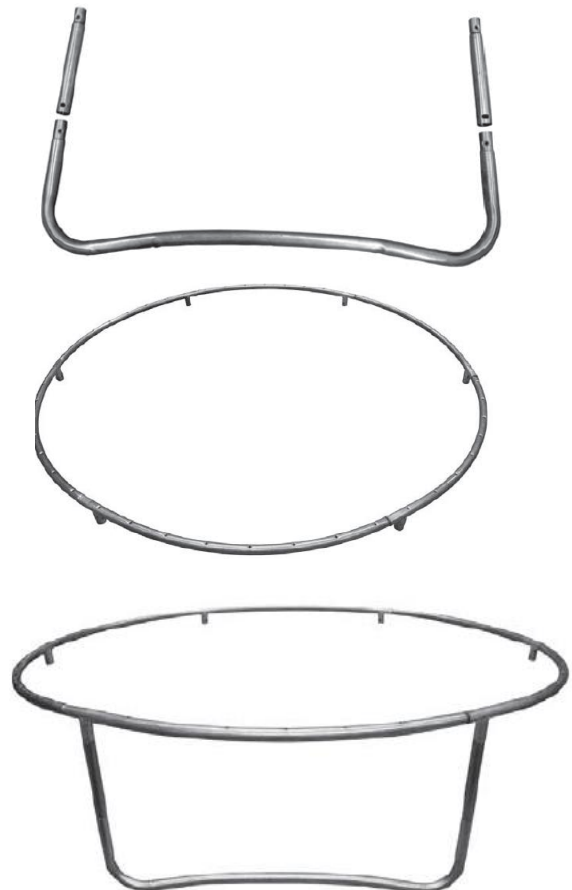
Nástavce na nohu zasuňte do nôh v tvare U. Dohliadnite, aby sa u jednotlivých častí prekrývaly otvory pre úchytné skrutky.

### **KROK 2**

Spojte všetky časti rámu tak, aby tvorili kruh. Spojenie posledných dvoch dielov vyžaduje pomoc druhej osoby, ktorá by mala držať opačnú stranu rámu, zatiaľ čo vy spojíte oba konce kruhu.

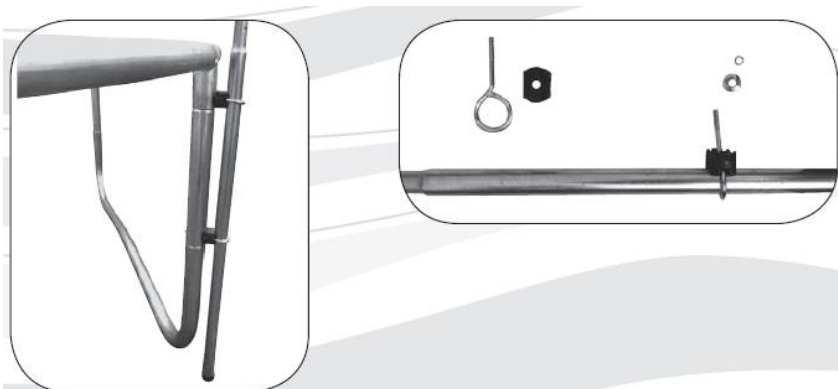
### **KROK 3**

Nohy zostavené v kroku č. 1 pripevnite k rámu trampolíny. **UPOZORNENIE** - Nohy nie sú obojstranné (otvory pre skrutky pri nohách sú prispôbosené zaobleniu rámu), dbajte na ich správne umiestnenie prípadne nohu otočte



#### KROK 4

K nohám v tvare U je nutné pripojiť dolné tyče ochrannej siete pridanými U-sponami. Spony odporúčame plne dotiahnuť až po kompletom zostavení trampolíny. Na ukotveneí tyči je penový rukáv nad hornou U-sponou.



#### KROK 5

Skákacia plocha musí byť umiestnená krížom / logom nahor. Prvé štyri pružiny zaháknite vždy proti sebe tak, aby vytvorili tvar kríža. Tým dôjde k súmernému napnutiu skákacej plochy. Rovnakým spôsobom umiestnite zostávajúce pružiny. UPOZORNENIE: Na napínanie pružín použite napínacie náradie, ktoré je súčasťou balenia a venujte zvýšenú pozornosť ochrane očí a rúk.



#### KROK 6

Po napnutí všetkých pružín by mala vaša trampolína vyzeráť ako na obrázku nižšie.

#### KROK 7

Navlečte kryt pružín po celom obvode trampolíny tak, aby pružiny boli kompletne zakryté.

#### KROK 8

Upevnite kryt pružín pomocou sťahovacích šnúrok.



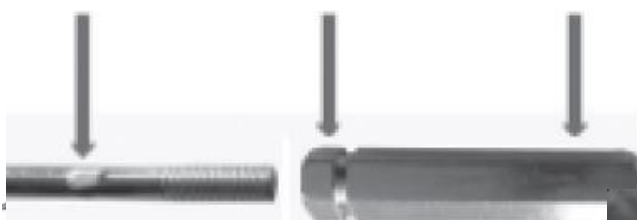
### KROK 9

Rovnomerne rozložte ochrannú sieť na plochu trampolíny tak, aby lemovaná časť bola navrchu.



### KROK 10

Pripravíme si zostavu kovových tyčí pre upevnenie a napnutie ochrannej siete. Tyče spojíme spojkami obruče podľa vyznačených zárezov. Spojením jednotlivých častí vzniknú dva dlhé prúty, ktoré prevlečieme lemom na kraji ochrannej siete.



### KROK 11

Spojením oboch prútov vznikne obruča, ktorou vyztužíme horný okraj ochrannej siete.



### KROK 12

Takto vyzerá ochranná sieť s navlečenou obručou, ktorá je pripravená k ďalšej montáži.



### **KROK 13**

Na koniec hornej tyče ochrannej siete pripevnite držiaky obruče - pozor na správny smer držiakov. Miesto, kam sa uchyťí obruč ochrannej siete bude na vonkajšej časti.



### **KROK 14**

Na tyč s penovým chráničom, navlečte ochranný rukáv širším otvorom zo strany držiaka obruče tak, aby zostal prístup na druhom konci k otvoru pre skrutku



### **KROK 15**

Pripevnite skrutkou horný diel tyče k spodnej. Rukávy dotiahnite až dole, aby pokryli celú dĺžku tyčí.



### **KROK 16**

Po montáži by Vaša trampolína mala vyzeráť ako na obrázku

### **KROK 17**

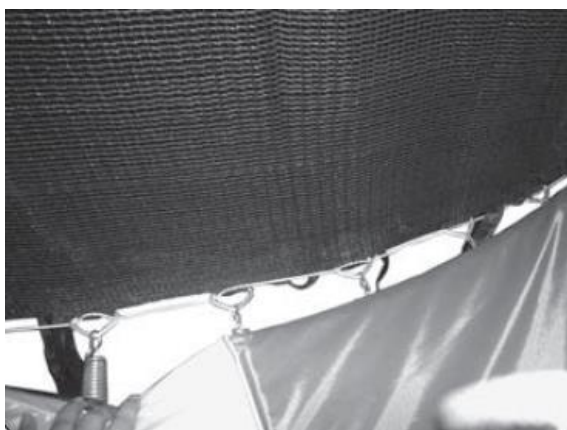
Za asistencie druhej osoby zdvihne ochrannú sieť s obručou a postupne budeme obruč upevňovať do držiakov obruče.

### **KROK 18**

Nadvihnite kryt pružín a prevliekajte upínacie lanko striedavo okami siete a kotviacimi okami pre pružiny.

### **KROK 19**

Po ukončení montáže ešte znovu skontrolujte všetky spoje a pevne dotiahnite. Gratulujeme, teraz je vaša trampolína pripravená k použitiu.



## **MÁTE POSTAVENÉ**

Pred použitím trampolíny sa poradte so svojim lekárom, či je pre vás táto aktivita vhodná a bezpečná.

Pred každým použitím trampolíny skontrolujte. Zvýšenú pozornosť venujte skákacej ploche a prípadne chýbajúcim či uvoľneným dielom.

- Na trampolíne smie skákať iba 1 osoba.
- Nie je dovolené skákať saltá, premety a kotrmelce. Môže dôjsť k vážnemu zraneniu alebo dokonca k smrti.
- Majiteľ trampolíny, alebo dozorujúca osoba sú plne zodpovední za správne používanie trampolíny všetkými užívateľmi.
- Pokiaľ nemôžete zaistiť dohľad nad aktivitami na trampolíne, nepoužívajte ju.
- Dozorujúca osoba je zodpovedná za umiestnenie bezpečnostnej plakety na trampolíne, ktorá je súčasťou tohto návodu. Ďalej musí zaistiť, aby sa všetci zoznámili s bezpečnostnými pravidlami pohybu na trampolíne.
- Dozorujúca osoba musí byť vždy prítomna bez ohľadu na vek a skúsenosti užívateľa.
- Pokiaľ trampolínu nepoužívate, bezpečnostnú sieť uzavrite zipsom aj sponami a rebrík odložte na bezpečné miesto.
- Maximálna váha užívateľa nesmie prekročiť stanovený limit trampolíny:  
pre trampolíny do 244 cm = 100 kg  
pre trampolíny od 305 až 427 cm = 150 kg  
pre trampolíny od 457 do 488 cm = 180 kg
- Nedodržanie pravidiel bezpečného používania môže viesť k vážnym úrazom.
- Zoznamte sa s technikou skákania a chovaním skákacej plochy. Majte Vaše telo neustále pod kontrolou.
- Neskáčte úmyslne do ochrannej siete.
- Odložte oblečenie s háčikmi a ostrými koncami.
- Skáčte bez obuvi.
- Vyvarujte sa skokom na kryt pružín, hrozí roztrhnutie.
- Nevyťahujte sa pomocou krytu pružín a nevstupujte na pružiny.
- Neskáčte na trampolínu z vyšších miest a ani neskáčte z trampolíny na zem.
- Pred vstupom na trampolínu odložte všetky predmety z vreciek.
- V priebehu skákania nieje dovolené mať čokoľvek v ústach alebo v rukách.
- Trampolína je určená dospelým a deťom od 3 rokov.
- Asistujte malým deťom pri nástupe a následnom schádzaní z trampolíny.
- Po skončení montáže skontrolujte, či sú všetky pružiny pevne zachytené v ráme a bezpečnostné lanko siete je správne prevlečené a priviazané.
- Pružiny musia byť celkom zakryté.
- Stabilitu trampolíny je možné zvýšiť položením vriec s pieskom na nosné nohy.
- Po kompletnej kontrole všetkých spojov skáčte v strede trampolíny cca 5 minút. Potom znovu opakujte kontrolu. Pokiaľ bude všetko v poriadku, trampolína je pripravená na používanie.

## TRAMPOLÍNU NEPOUŽÍVAJTE

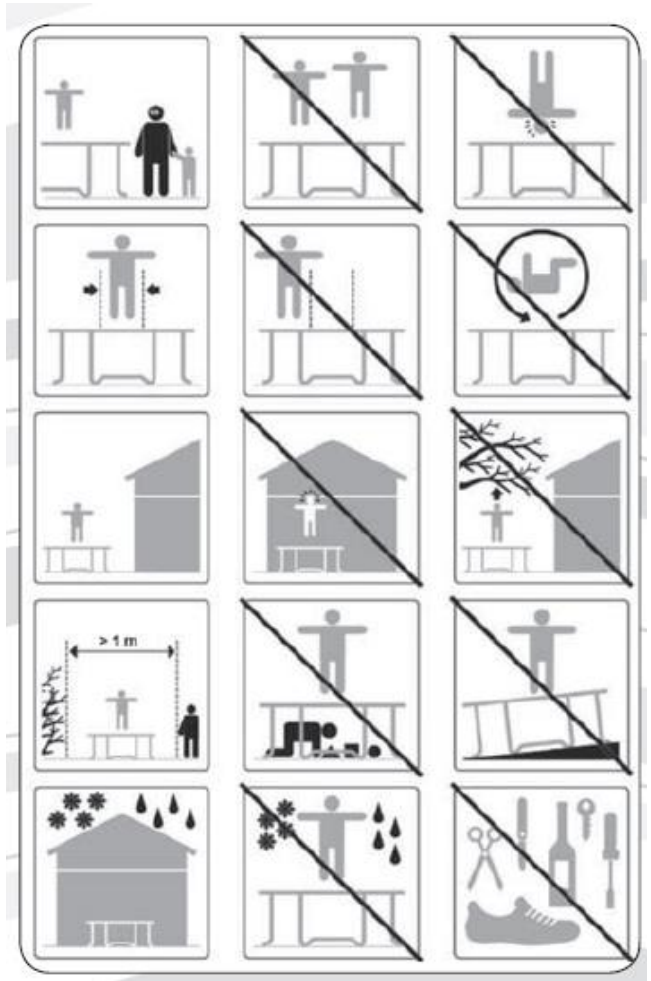
- pri zlom osvetlení
- v prípade tehotenstva alebo vysokého tlaku
- v blízkosti vody
- pri silnom vetri a daždi
- v prípade, že skákacia plocha je mokrá
- pod vplyvom látok ovplyvňujúcich dobu reakcie, priestorového videnia a koordinačných schopností
- pokiaľ sa pod ňou nachádzajú akékoľvek predmety, alebo osoby
- pokiaľ sú na skákacej ploche akékoľvek predmety.



Na trampolíne smie skákať iba 1 osoba. Viac osôb zvyšuje riziko úrazu.



Nieje dovolené skákať salta, premety a kotrmelce. Môže dôjsť k vážnemu zraneniu alebo dokonca k smrti.



## STARAJTE SA O TRAMPOLÍNU

V prípade silného vetra a dažďa trampolínu zabezpečte ukotvením alebo rozobraním a uložením na bezpečné miesto. Ukotvením je potrebné zaistiť jak hornú, tak aj dolnú časť trampolíny.

Opravy môžu prevádzkovať iba kvalifikované osoby za použitia originálnych náhradných dielov.

Neodborné zásahy môžu znížiť životnosť trampolíny.

V priebehu chladnejších a daždivejších mesiacov trampolínu uložte na miesto, kde nebude vystavená vysokým, alebo naopak nízkym teplotám a slnečnému žiareniu.

Pri dlhodobom nepoužívaní trampolínu demontujte a uskladnite.

Životnosť rámu zvýšite premazaním napr. vazelínou alebo inými mazivami.

Nezabudnite ani na otvory, pružiny a spojovacie body.

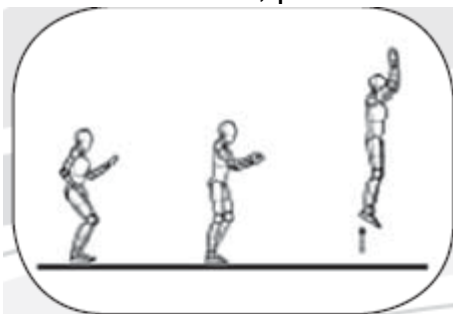
Pri čistení trampolíny používajte iba vlhkú handru bez chemikálií či iných abrazívnych prostriedkov.

Ochranná sieť by mala byť vymenená každé 2 roky.



## ZÁKLADNÉ TECHNIKY SKÁKANIA

Dbajte na to, aby Ste vždy dopadli na rovnaké miesto, z ktorého Ste sa odrazili. Skáčajte vždy do stredu trampolíny. Nesprávna technika skákania môže viesť k úrazu, preto si nasledujúcu kapitolu starostlivo preštudujte.



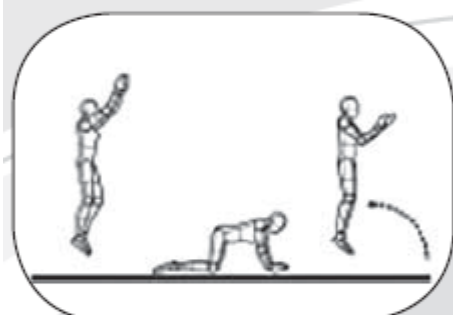
### ZÁKLADNY SKOK

- Štart zo stoja, nohy rozkročené na šírku ramien, oči smerujú na skákaciu plochu
- máchnite rukami dopredu a otáčajte nimi hore
- pri výskoku dajte chodidla k sebe
- pri dopade sú nohy opäť od seba na šírku ramien



### PRERUŠOVACÍ MANÉVER

- pokiaľ stratí skokan kontrolu, prerušovacím manévrom ju môže získať späť.
- začnite základným skokom, ale pri dopade nechajte pokrčené kolena – tým skok prerušíte



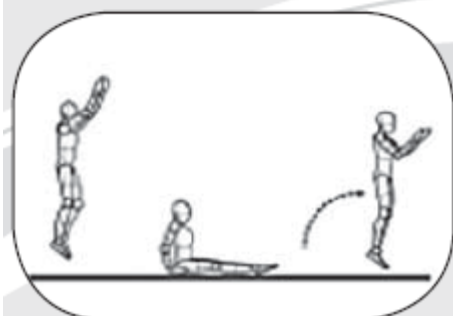
### SKOK NA RUKY/ KOLENA

- začnite nízkym kontrolovaným základným skokom
- dopadnite na ruky, kolena a chrbát držte rovno
- pri dopade na štyri dajte pozor, výška nieje dôležitá



### SKOK NA KOLENA

- začnite nízkym kontrolovaným základným skokom
- dopadnite na kolena, pritom držte rovný chrbát, použite paže na udržanie rovnováhy
- skočte späť do základnej polohy, medzitým pažami máchnite smerom hore



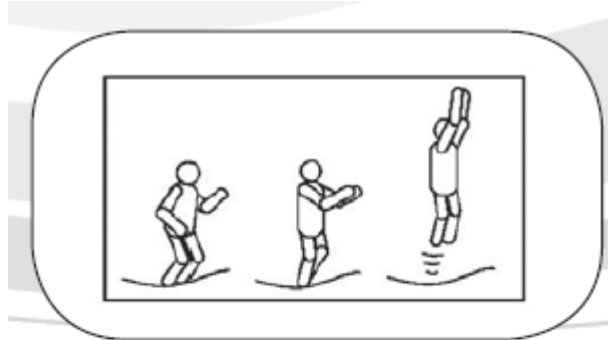
### SKOK DO SEDU

- dopadnite v plochej polohe do sedu
- ruky dajte vedľa bokov
- s pomocou rúk sa uveďte späť do vzpriamenej polohy

## TRÉNINGOVÝ PLÁN

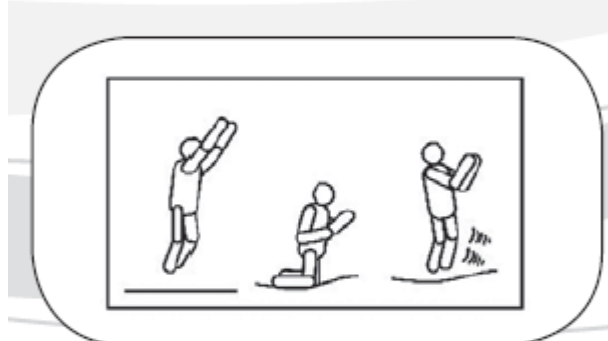
Skôr než sa odhodláte k obtiažnejším skokom, mali by Ste zvládnuť tie základné. Preto postupujte podľa tohto tréningového plánu. Starostlivo si preštudujte bezpečnostné pokyny.

Dozorujúca osoba aj užívatelia by sa mali podrobne informovať nielen o smerniciach platných pre užívanie trampolín, ale taktiež o fyzických limitoch užívateľov.



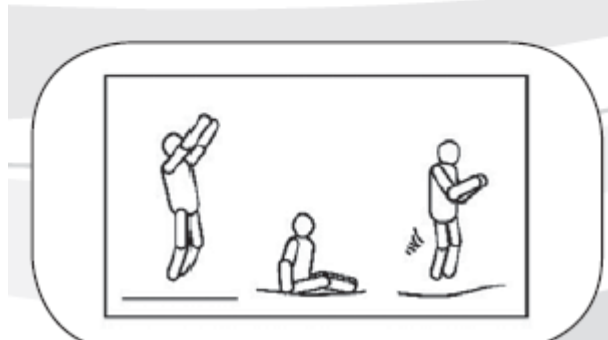
### 1. LEKCIA

- nastupovanie a vystupovanie
- základny skok – predvedenie a praktické predvádzanie
- prerušovací manéver – predvedenie a praktické predvádzanie
- skok na ruky/kolena - predvedenie a praktické predvádzanie



### 2. LEKCIA

- opakovanie 1. lekcie
- skok do sedu – predvedenie a praktické predvádzanie
- skok na kolena – predvedenie a praktické predvádzanie
- začnite skokom do sedu a ukončíte skokom na kolena



### 3. LEKCIA

- opakujte si, čo Ste sa naučili v predchádzajúcich lekciách

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

Následujúcu hru je možné hrať za účelom postupného privykania užívateľov na trampolínu: Hráč č. 1 začne jedným skokom, hráč č. 2 tento skok zopakuje a pridá ďalší. Hráči sa striedajú a vždy jeden skok pridajú. Ten, kto dokáže predviesť všetky skoky až do konca, stane sa víťazom. Aj tu je dôležité, aby všetky skoky boli skákané kontrolovane!

Neskúšajte príliš ťažké skoky, ktoré neovládáte. Pokiaľ svoje umenie chcete aj ďalej zlepšovať, mali by Ste vyhľadať kvalifikovaného inštruktora pre používanie trampolíny. Taktiež majte na pamäti, že na trampolíne smie v jeden okamžik skákať iba jeden užívateľ. Skákanie vo dvojici a viacerých ľudí môže viesť k úrazu.

## BEZPEČNOSTNÁ PLAKETA

### TRAMPOLÍNA

- Pred použitím si dôkladne preštudujte návod.
  - Nepoužívajte trampolínu bez dozorujúcej osoby, ktorá je oboznámena s bezpečnostnými pravidlami.
  - Nieje dovolené skákať salta, premety a kotrmelce. Na trampolíne môže skákať vždy len jedna osoba.
  - Skáčte bez obuvi.
  - Pokiaľ je skákaacia plocha mokrá, trampolínu nepoužívajte.
  - Neskáčte na trampolínu z vyššie umiestneného objektu ani z trampolíny na zem.
  - Nepoužívajte trampolínu pod vplyvom alkoholu, či iných návykových látok a látok ovplyvňujúcich schopnosť koordinácie a dobu reakcie.
  - Nepoužívajte trampolínu ako pomôcku k preskokom z objektu na objekt.
  - Neskáčte príliš vysoko, skok je bezpečný iba do takej výšky, pokiaľ dokážete dopadnúť späť do prostriedku.
  - Pod trampolínu sa nesmú nachádzať žiadne predmety, osoby ani zvierata.
  - Priestor nad trampolínu musí byť voľný.
  - Pokiaľ sú zhoršené veterné podmienky, trampolínu nepoužívajte a zaistite ju (ukotvite).
  - Trampolína musí byť umiestnená na rovnom povrchu.
  - Nepoužívajte trampolínu bez krytu pružín a ochranných obalov.
  - Trampolína musí byť umiestnená v dobre osvetlenom priestore.
  - Pred každým použitím skontrolujte, či sú všetky časti na svojom mieste a v dobrom stave.
  - Trampolína je určená iba pre domáce vonkajšie použitie.
  - Maximálna váha užívateľa nesmie prekročiť stanovený limit trampolíny:  
pre trampolíny do 244 cm = 100 kg  
pre trampolíny od 305 až 427 cm = 150 kg  
pre trampolíny od 457 do 488 cm = 180 kg
- VAROVANIE** Nevhodné pro deti do 3 rokov. Nedostatočné motorické schopnosti. Nebezpečenstvo zranenia.
- VAROVANIE** Používať pod priamym dozorom dospeléj osoby
- VAROVANIE** Určené pre 1 osobu. Nebezpečenstvo kolízie.

### Ochranná sieť

- Neskáčte do ochrannéj siete.
- Nelezte na sieť, ani pod ňu nepodliezajte.
- Pred každým použitím trampolíny, ochrannú sieť skontrolujte, či nieje poškodená. Pokiaľ ano, trampolínu nepoužívajte.
- Zips pri vchode musí byť pred použitím úplne zapnutý a zaistený sponami.
- Sieť by mala byť vymenená každé 2 roky.

Okolo trampolíny musí byť minimálne 1 meter voľného priestoru. Šírka postavenéj trampolíny je od 183cm do 488 cm v závislosti na zakúpenom modeli. Výška jednotlivých modelov:

model 183 cm – výška 200 cm, model 244 cm – výška 218 cm, model 305 cm – výška 246 cm, model 366 cm – výška 250 cm, model 396 cm – výška 263 cm, model 427 cm – výška 263 cm, model 457 cm – výška 273 cm, model 488 cm – výška 273 cm

### VÝROBCA:

MARIMEX CZ, S.R.O., LIBUŠSKÁ 264, PRAHA 4, TEL. 261 222 111

## ZÁRUČNÉ PODMIENKY

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

### ZÁRUKA SA NEVZŤAHUJE NA:

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

### **Marimex SK s.r.o.**

Rožňavská 17

Bratislava

831 04

Tel: 00421 2/444 53 001

00421 2/330 04 194

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

