



KETTLER Outdoor Trampolin JUMP

SKU: KT010244 | KT010305 | KT010365

ab / from 4
Jahre/years 



Max. 100KG
SKU.: KT010244



Max. 150KG
SKU.: KT010305 | KT010365



Lassen Sie Ihr Kind nicht unbeaufsichtigt!
Never leave your child unattended!

GEBRAUCHSANLEITUNG | INSTRUCTION MANUAL |

WICHTIG: Bitte sorgfältig lesen und für späteres Nachlesen unbedingt aufbewahren.

WICHTIG: Lesen Sie die Gebrauchsanweisung sorgfältig durch und bewahren Sie sie zur späteren Verwendung auf.

Trotz sorgfältiger Bearbeitung können Druckfehler oder kurzfristige Änderungen der Produktspezifikationen nicht vollständig ausgeschlossen werden. Die Abbildungen in diesem Handbuch sind indikativ und können vom tatsächlichen Produkt abweichen. Achten Sie in jedem Fall auf das eigentliche Produkt und die entsprechenden Merkmale. Das Trampolin und seine Komponenten können Produktverbesserungen unterliegen. Somit können Änderungen in der Konstruktion, Herstellung oder dem Design ohne vorherige Ankündigung vorgenommen werden, sobald alle Normen und Zertifizierungen vollständig bestanden sind. Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an das KETTLER-Support-Team unter folgender E-Mail-Adresse: info@kettlershop.com

WICHTIG: Halten Sie diese Anleitung zum späteren Verwenden bereit.

INHALTSANGABE

DEUTSCH

Einleitung
Anleitung
Montage
Ausprobieren des Trampolins

ENGLISH

Introduction
Instruction
Assembly
Testing the trampoline

GEBRAUCHSANLEITUNG

DEUTSCH



Lesen Sie sich die Anleitung sorgfältig durch!



Art.-Nr.: KT010244-0000 | KT010244-0007



Art.-Nr.: KT010305-0000 | KT010305-0007 |
KT010305-1000 | KT010365-0000

WICHTIG: Bitte sorgfältig lesen und für späteres Nachlesen unbedingt aufbewahren.

WICHTIG: Lesen Sie die Gebrauchsanweisung sorgfältig durch und bewahren Sie sie zur späteren Verwendung auf.

Trotz sorgfältiger Bearbeitung können Druckfehler oder kurzfristige Änderungen der Produktspezifikationen nicht vollständig ausgeschlossen werden. Die Abbildungen in diesem Handbuch sind indikativ und können vom tatsächlichen Produkt abweichen. Achten Sie in jedem Fall auf das eigentliche Produkt und die entsprechenden Merkmale. Das Trampolin und seine Komponenten können Produktverbesserungen unterliegen. Somit können Änderungen in der Konstruktion, Herstellung oder dem Design ohne vorherige Ankündigung vorgenommen werden, sobald alle Normen und Zertifizierungen vollständig bestanden sind. Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an das KETTLER-Support-Team unter folgender E-Mail-Adresse: info@kettlershop.com

WICHTIG: Halten Sie diese Anleitung zum späteren Verwenden bereit.

WARNHINWEISE

ACHTUNG: Nur für den Hausgebrauch

ACHTUNG: Nicht für Kinder unter 36 Monaten geeignet. Kleine Teile.

ACHTUNG: Maximal 100kg für Art.Nr. KT010244-0000, KT010244-0007 und 150kg für Art.Nr. KT010305-0000, KT010305-0001, KT010305-10000 und KT010365-0000

ACHTUNG: Nur zur Verwendung im Freien.

ACHTUNG: Das Trampolin muss durch eine erwachsene Person entsprechend den Aufbauanleitungen zusammengesetzt und anschließend vor der ersten Nutzung überprüft werden.

ACHTUNG: Nur ein Benutzer. Kollisionsgefahr

ACHTUNG: Vor dem Springen immer die Netzöffnung schließen.

ACHTUNG: Nicht mit Schuhen springen.

ACHTUNG: Vor dem Springen Taschen und Hände entleeren.

ACHTUNG: Immer in der Mitte der Sprungmatte springen.

ACHTUNG: Während des Springens nicht essen.

ACHTUNG: Das Trampolin nicht mit einem Sprung verlassen.

ACHTUNG: Die unterbrechungsfreie Benutzung begrenzen (regelmäßig Pausen einlegen).

ACHTUNG: Bei Starkwindbedingungen das Trampolin sichern und nicht benutzen.

ACHTUNG: Selbstsichernde Muttern sind nur für den einmaligen Aufbau u nutzen.

ACHTUNG: Keine Purzelbäume oder Saltos.

ACHTUNG: Das Netz sollte jährlich ausgetauscht werden.

ACHTUNG: Lesen Sie die Gebrauchsanleitung.

TIPPS

1. Überprüfen Sie alle Hauptkomponenten (Rahmen, Federung, Matte, Extranetz) regelmäßig, um Sicherheit zu gewährleisten. Das Trampolin kann sonst gefährlich werden.
2. Prüfen Sie vor dem Einsatz, dass alle Federn richtig montiert sind, um sicherzustellen, dass die Federn nicht während des Gebrauchs abfallen.
3. Bitte überprüfen Sie alle Abdeckungen und scharfe Kanten, um Sicherheit zu gewährleisten.
4. Bitte beachten Sie diese Hinweise für die korrekte Verwendung des Trampolins und bewahren Sie diese für künftige Referenz auf.
5. In bestimmten Ländern kann während der Winterperiode die Schneelast und die sehr niedrige Temperatur das Trampolin beschädigen. Es wird empfohlen, den Schnee zu entfernen und die Matte und das Gehäuse innen zu lagern.
6. Das Sicherheitsnetz muss regelmäßig (mindestens einmal jährlich) auf Beschädigungen oder Materialermüdung überprüft werden und muss im Bedarfsfall ersetzt werden.

Die Benutzung des Trampolins geschieht auf eigene Gefahr! Der Hersteller ist nur für den ordnungsgemäßen Zustand des Trampolins verantwortlich!

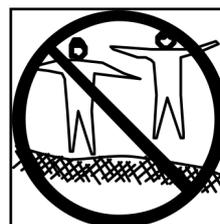
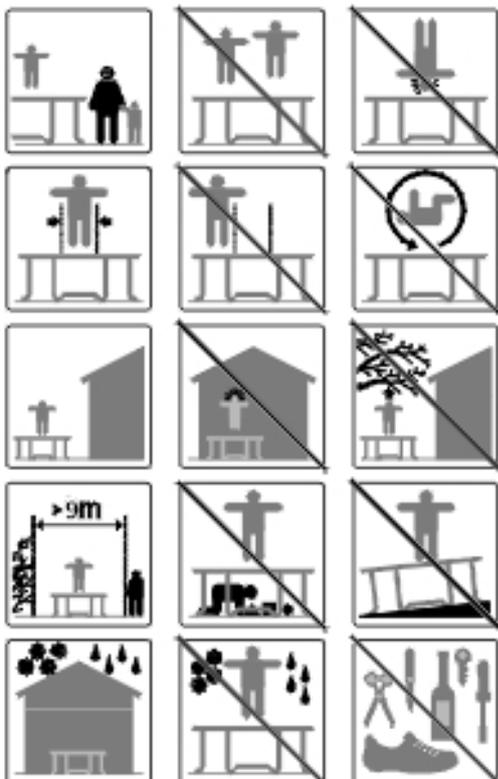
EINLEITUNG

Vor Gebrauch des Trampolins lesen Sie bitte diese Informationsbroschüre genau durch. Wie bei jeder anderen sportlichen Bestätigung, besteht auch hier die Gefahr einer Verletzung. Um das Risiko einer Verletzung möglichst gering zu halten, befolgen Sie bitte die notwendigen Sicherheitsvorschriften.

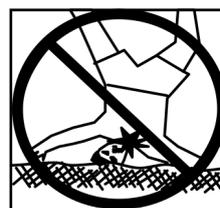
- Diese Anleitung ist ein Teil dieses Produktes; bewahren Sie diese deshalb zum späteren Nachlesen auf. Falls Sie das Produkt einmal an eine andere Person weitergeben möchten, legen Sie bitte dies Gebrauchsanleitung immer bei.
- Die falsche Verwendung des Trampolins ist gefährlich und kann zu ernsthaften Verletzungen, Lähmungen oder Tod führen.
- Trampoline bringen den Nutzer oft in ungewohnte Sprunghöhen und erfordern daher Körperkontrolle.
- Prüfen Sie vor jedem Gebrauch die Trampolinmatte auf ihre Stabilität und vergewissern Sie sich, dass kein Teil lose ist.
- Hinweise zum richtigen Auf- und Zusammenbau des Trampolins, Sicherheitshinweise und die richtigen Sprungtechniken finden Sie in dieser Broschüre. Nutzer und Aufsichtspersonen sollten sich diese Hinweise durchlesen und sich mit ihnen vertraut machen. Jeder, der dieses Trampolin benutzt, sollte sich seiner eigenen physischen Grenzen bewusst sein und nur Sprünge ausführen, die seinen individuellen Fähigkeiten entsprechen.

Suchen Sie vor Beginn des Trainings einen Arzt auf und fragen Sie ihn, ob Trampolinspringen für Sie geeignet ist.

Mache Sie sich zunächst mit dem Trampolin vertraut. Beginnen Sie mit einfachen Sprüngen. Wenn Sie diese beherrschen, können Sie zu den komplizierten Sprüngen übergehen. Springen Sie nicht unkontrolliert, sondern achten Sie auf gute Körperkontrolle und die Beherrschung verschiedener Sprungtechniken.



Es darf niemals mehr als eine Person auf dem Trampolin springen. Die Springer könnten zusammenprallen und sich dadurch verletzen.



Springen Sie keine Saltos! Hierbei könnten Sie auf dem Kopf landen, wodurch Lähmungen verursacht werden könnten. Schlimmstenfalls kann dies sogar zum Tod führen.

ANLEITUNG

1. Allgemeine Hinweise

Verwendungszweck

- Das Trampolin ist nicht für professionellen oder medizinischen Gebrauch geeignet. Die maximale Belastung finden Sie unter der folgenden Tabelle

Modell	Max. Gewicht	Rahmenhöhe	Sicherheitsnetz	Stangenhöhe	Durchmesser	Gesamthöhe
KT010244-0000 KT010244-0007	100 kg	55 cm	180 cm	180 cm	244 cm	235 cm
KT010305-0000 KT010305-0007 KT010305-1000	150 kg	76 cm	180 cm	180 cm	305 cm	256 cm
KT010365-0000	150 kg	80 cm	180 cm	180 cm	365 cm	260 cm

Gefahr für die Kinder

- Lassen Sie Kinder nicht unbeaufsichtigt in die Nähe des Trampolins. Achten Sie immer darauf, dass die Sicherheitsvorschriften eingehalten werden.
- Bitte sorgen Sie dafür, dass das Verpackungsmaterial ordnungsgemäß entsorgt wird. Das Spielen mit Plastiktüten kann zum Erstickten führen.
- Trampoline mit einer Höhe von über 51cm sind für Kinder unter 3 Jahren nicht geeignet. Kinder können die Gefahren beim Spielen nicht richtig einschätzen. Bewahren Sie das Trampolin deshalb so auf, dass sowohl Kinder, als auch Haustiere, keinen Zugang haben.

Achtung - Schaden am Produkt!

- Nehmen Sie keine Veränderung am Trampolin vor. Verwenden Sie nur Original-Ersatzteile. Reparaturen dürfen nur von qualifizierten Personen ausgeführt werden. Unsachgemäße Reparaturen können die Sicherheit des Trampolins gefährden. Nutzen Sie dieses Produkt nur wie in dieser Anleitung beschrieben,
- Schützen Sie das Trampolin gegen Feuchtigkeit und hohe Temperaturen.

Ratschläge für den Aufbau

- Das Trampolin sollte von mindestens zwei geeigneten Erwachsenen mit aller Sorgfalt aufgebaut werden. Falls Fragen auftreten, wenden Sie sich an eine technisch qualifizierte Person.
- Bevor Sie mit dem Aufbau beginnen, lesen Sie alle Instruktionen sorgfältig durch.
- Entfernen Sie alles Verpackungsmaterial und legen Sie alle Teile auf eine freie Stelle. Damit haben Sie einen Überblick, was den Zusammenbau wesentlich erleichtert.
- Vergleichen Sie die Teile mit der Teileliste und stellen Sie sicher, dass nichts fehlt.
- Der Umgang mit Werkzeugen sowie technischen Arbeiten aller Art bergen immer ein gewisses Verletzungsrisiko. Seien Sie daher vorsichtig.
- Achten Sie auf eine gefahrenfreie Umgebung. Zum Beispiel: lassen Sie kein Werkzeug herumliegen. Achten Sie auch darauf, dass das Verpackungsmaterial, vor allen Dingen Folien und Plastiktüten, nicht in die Hände von Kindern gelangen (Erstickungsgefahr!). Entsorgen Sie das Verpackungsmaterial fachgerecht.

- Der Freiraum um das Trampolin sollte mindestens 9m betragen. Zwischen dem Trampolin und eventuellen Gefahrenquellen, wie Elektrokabel, Äste, Spielgeräte, Swimming Pools und Gitter, muss ein Sicherheitsabstand gewahrt werden.
- Das Trampolin muss vor der Benutzung sicher auf einem ebenen, festen und gleichförmigen Untergrund aufgestellt werden.
- Benutzen Sie das Trampolin nicht bei Regen, Wind oder Gewitter. Wir empfehlen, es bei schlechtem Wetter nicht im Freien stehen zu lassen.
- Der metallene Rahmen des Trampolins leitet Elektrizität. Achten Sie darauf, dass er nicht mit Strom (Vorsicht auch bei Gewittern) in Berührung kommt.
- Benutzen Sie das Trampolin nicht bei schlechter Beleuchtung.
- Achten Sie darauf, dass sich keine Gegenstände unter dem Trampolin befinden.
- Auch sollten keine anderen Freizeitgeräte etc. unmittelbar in der Nähe aufbewahrt werden.
- Beim Auf- oder Abbau benutzen Sie bitte Handschuhe.

Zusätzliche Hinweise

- Zusätzliche Stabilität gewähren Sandsäcke auf den Trampolinfüßen. Sie bewahren das Trampolin gegebenenfalls vor dem Umkippen.
- Benutzen Sie das Trampolin nicht, wenn Sie schwanger sind.
- Auch wenn Sie Bluthochdruck haben, sollten Sie nicht Trampolin springen.
- Springen Sie barfuß. Schuhe könnten die Trampolinmatte beschädigen. Beschädigte Trampolinmatten werden nicht kostenfrei ersetzt.
- Rauchen Sie nicht während des Springens.
- Legen Sie keine Zigaretten, scharfe Gegenstände oder andere fremden Gegenstände auf das Trampolin. Auch Haustiere müssen ferngehalten werden.
- Benutzen Sie nicht das Trampolin, wenn Sie Alkohol oder Medikamente genommen haben.
- Setzen oder lehnen Sie sich nicht auf die Abdeckmatten, wenn das Trampolin benutzt wird. Die Matten müssen flexibel sein.
- Erlauben Sie kleinen Kindern nicht sich an den Abdeckmatten hochzuziehen. Das Ausreißen der Nähte durch Festhalten der matten wird von der Garantie nicht gedeckt.
- Auf unebenem Grund kann das Trampolin umfallen. Harter Untergrund und übermäßig langes Training kann den Rahmen beschädigen. Hier erlöscht der Garantieanspruch.
- Setzen Sie das Trampolin nicht offenem Feuer aus.
- Achten Sie darauf, dass kein Unbefugter das Trampolin benutzen kann.
- Springen Sie nicht auf dem Trampolin, wenn es nass ist.
- Bei windigem Wetter verankern Sie bitte das Trampolin, oder bauen Sie es ab, es darf bei Windböen nicht benutzt werden.
- Die Marke KETTERL oder unser Lieferant sind nicht in irgendeiner Form für direkte, indirekte oder spezielle Folgeschäden verantwortlich oder haftbar, die durch den Gebrauch, die Benutzung oder im Zusammenhang damit verursacht werden,
- Dies betrifft auch finanzielle Verluste durch Diebstahl, Eigentumsverlust, Verlust von Verdienst und Gewinn, Verlust der Freude am Gerät selbst, Kosten der Installation, der Entsorgung, der Beschädigung durch Umwelt- und Wettereinflüssen, sowie jegliche anderen Arten von Folgeschäden.
- Erkennbare Produktionsfehler sind sofort beim Händler oder Hersteller/Importeur zu melden und eine weitere Benutzung ist sofort einzustellen.

ACHTUNG

- Sicherstellen, dass der Reißverschluss des Sicherheitsnetzes zu 100% geschlossen ist, sowie alle zwei Rasthaken.
- Springen Sie nicht vorsätzlich ins Sicherheitsnetz! Es könnte beschädigt werden oder das Trampolin könnte umfallen. Missbrauch des Sicherheitsnetzes wird als grob fahrlässig gewertet. Hierfür besteht Haftungsausschluss.

Sicherheitsanweisungen

- Es muss immer eine Aufsichtsperson zugegen sein, egal wie alt oder erfahren der Benutzer ist.
- Die Sicherheitsanweisungen müssen immer befolgt werden.
- Schlagen Sie keine Saltos auf dem Trampolin. Bei der Landung könnten Sie sich am Rücken, Nacken oder Kopf verletzen. Dies kann zu Lähmungen oder gar zum Tode führen.
- Es darf niemals mehr als eine Person auf dem Trampolin springen. Die Springer könnten zusammenprallen und sich dadurch verletzen.
- Das Trampolin muss vor jeder Nutzung auf beschädigte, abgenutzte oder kaputte Teile untersucht werden. Bitte tauschen Sie diese sofort aus, da sie die Sicherheit des gesamten Trampolins beeinflussen könnten. Bis zur Wiederherstellung darf das Trampolin nicht benutzt werden.
- Vermeiden Sie Kleidung mit Haken oder anderen Gegenständen, die sich verfangen könnten.
- Stellen Sie das Trampolin auf ebenen, festen rutschfesten und gleichförmigen Untergrund.
- Starke Winde können das Trampolin wegblasen. Falls starker Wind vorhergesagt ist, bringen Sie das Trampolin an einen geschützten Platz, zerlegen Sie es oder befestigen Sie es am Untergrund mit Stricken und Heringen. Dabei sind mindestens 3 Verankerungen notwendig. Es genügt nicht, nur die Ständer zu befestigen, denn der Wind könnte den oberen Teil des Trampolins herausheben. Bei Windböen darf das Trampolin nicht benutzt werden. Die Bodenanker sind nicht im Lieferumfang enthalten, können aber separat direkt im Onlineshop www.kettlershop.com erworben werden.
- Wenn möglich, vermeiden Sie den Transport des montierten Trampolins, denn der Rahmen könnte verbogen werden. Sollte es trotzdem notwendig sein, beachten Sie bitte folgendes: mind. 4 Personen sollten gleichmäßig um das Trampolin positioniert werden, um es anzuheben. Das Trampolin muss horizontal getragen werden. Sollte sich der Rahmen verschieben, sind wiederum 4 Personen notwendig, die den Rahmen korrigieren.
- Trampoline sind Sprunggeräte, die es dem Nutzer gestatten sowohl in ungewohnte Höhen zu springen, als auch eine Vielzahl an Körperbewegungen auszuführen. Beim Springen und unkorrekten Landen, eventuellem Aufschlagen auf Rahmen oder Matte könnten Verletzungen entstehen.
- Vor der Benutzung sollte man sich mit der Gebrauchsanleitung vertraut machen. Diese Gebrauchsanleitung enthält die Montageanleitung, empfohlene Vorsichtsmaßnahmen sowie Hinweise für die Wartung des Trampolins, damit größtmögliche Sicherheit und Spaß gewährt sind.
- Der Besitzer oder die Aufsichtsperson sind dafür verantwortlich, dass alle Benutzer ausreichend über die Warnhinweise und Sicherheitsvorschriften informiert sind.
- Vermeiden Sie unerlaubte und unbeaufsichtigte Benutzung des Trampolins.
- Benutzen Sie das Trampolin nicht in der Nähe von Wasser und lassen Sie um das Trampolin herum genügend Abstand als Vorsichtsmaßnahme.
- Gegenstände in der Nähe des Trampolins, die den Benutzer gefährden könnten, sollten weggeräumt werden.
- Achten Sie darauf, dass sich keine Person oder Gegenstand unter dem Trampolin befindet, während es benutzt wird. Die Sprungmatte ist flexibel und durch die Abwärtskraft, die beim Springen entsteht, können gefährliche Verletzungen entstehen.
- Vorsicht vor losen Teilen, die sich in Armen oder Beinen verfangen können.
- Befestigen Sie keine Fremdteile am Trampolin.
- Sorgen Sie für die Beachtung der Sicherheitsanweisungen und machen Sie sich vertraut mit den Informationen dieser Gebrauchsanleitung.
- Das Trampolin darf nur benutzt werden, wenn die Sprungmatte sauber und trocken ist. Abgenutzte oder beschädigte Matten müssen umgehend ersetzt werden.
- Das Trampolin darf nur benutzt werden, wenn die Sprungmatte sauber und trocken ist. Abgenutzte oder beschädigte Matten müssen umgehend ersetzt werden.
- Benutzen Sie das Trampolin nicht unter Einfluss von Alkohol und Drogen (inkl. Medikamenten).

- Eignen Sie sich die Basissprungtechniken sorgfältig an, bevor Sie schwierige Sprünge versuchen. Nähere Informationen finden Sie im Abschnitt "Basissprungtechniken".
- Steigen Sie vorsichtig auf das Trampolin. Springen Sie nicht darauf. Benutzen Sie das Trampolin nicht als Sprungbrett. Zusätzliche Informationen finden Sie im Abschnitt "Unfallursachen: Aufsteigen und Absteigen".
- Für weitergehende Informationen oder Unterlagen wenden Sie sich bitte an ausgebildete Trampolinlehrer.

UNFALLURSACHEN

Saltos: Auf dem Trampolin dürfen keine Saltos durchgeführt werden. Eine Landung auf dem Kopf oder dem Nacken (auch in der Mitte der Trampolinmatte) erhöht das Risiko von Nacken- oder Rückenverletzungen. Diese können zu Lähmungen oder gar zum Tode führen. Zu Verletzungen kann es auch kommen, wenn der Nutzer unkontrolliert vorwärts oder rückwärts fällt.

Mehrere Nutzer auf dem Trampolin: Die Gefahr einer Verletzung erhöht sich, wenn mehrere Nutzer gleichzeitig auf dem Trampolin springen und die Kontrolle über ihre Sprünge verlieren. Die Sprünge können zusammenprallen, fehlerhaft landen oder vom Trampolin herunterfallen. Das Risiko einer Verletzung ist hierbei für leichtere und kleinere Personen höher als für größere und schwerere Personen.

Auf- und Absteigen: Seien Sie beim Auf- und Absteigen sehr vorsichtig. Zeihen Sie sich nicht mit Hilfe der Abdeckpolster hoch, treten Sie nicht auf die Sprungfedern, springen Sie nicht von höher gelegenen Standorten (Leiter, Dach, Terrasse) auf das Trampolin hinunter. Springen Sie nicht vom Trampolin herunter auf den Boden, egal welche Beschaffenheit dieser hat. Wenn kleine Kinder auf dem Trampolin spielen, benötigen Sie möglicherweise Hilfe beim Auf- und Absteigen. Zum Auf- und Absteigen sollten die Nutzer sich immer am Rahmen festhalten. Vermeiden Sie möglichst, auf den Abdeckpolstern zu stehen. Beim Absteigen gehen Sie an den Rand der Sprungmatte, neigen Sie sich nach vorne und halten Sie sich mit den Händen am Rahmen fest, dann treten Sie von der Sprungmatte zum Grund oder auf die Leiter (je nach Modell).

Rahmen und Sprungfedern: Konzentrieren Sie sich beim Springen auf die Mitte des Trampolins. Dies reduziert das Risiko beim Landen auf dem Rahmen oder den Federn verletzt zu werden. Die Abdeckmatten müssen Rahmen und Federn immer komplett bedecken. Versuchen Sie Treten oder Springen auf die Abdeckmatten zu vermeiden, da diese hierfür nicht ausgelegt sind.

Kontrollverlust: Wenn man die Kontrolle über den Sprung verliert, kann dies zu Verletzungen durch fehlerhaftes Landen auf der Sprungmatte, Rahmen oder Abdeckmatten oder durch Sturz vom Trampolin führen. Bei kontrollierten Sprüngen landet der Springer auf dem gleichen Punkt, von dem er abgesprungen ist. Bevor schwierige Sprünge ausgeführt werden, müssen die Basissprünge perfekt beherrscht werden. Die Gefahr, die Kontrolle zu verlieren, besteht, wenn der Springer ermüdet ist oder einen Sprung versucht, der seine Fähigkeiten übersteigt. Um die Kontrolle über den Sprung wieder zu erlangen, müssen die Knie beim Landen vollkommen angezogen sein.

Unter Einfluss von Alkohol , Drogen und Medikamenten: Die Wahrscheinlichkeit einer Verletzung erhöht sich, wenn der Nutzer unter dem Einfluss von Alkohol, Drogen oder Medikamenten steht. Diese Substanzen beeinflussen die Reaktionszeit, das Einschätzungsvermögen, das räumliche Sehen, die gesamte Koordinationsfähigkeit und die motorischen Funktionen des Betroffenen.

Fremde Gegenstände: Um Verletzungen zu vermeiden, benutzen Sie nicht das Trampolin, wenn sich Haustiere, andere Personen oder Gegenstände unterhalb des Trampolins befinden. Halten Sie beim Springen keine Gegenstände in der Hand und legen Sie keine Gegenstände auf das Trampolin, wenn ein Anderer das Trampolin benutzt. Achten Sie darauf, dass sich oberhalb des Trampolins keine Äste, Stromkabel etc. befinden.

Schlechte Wartung: Ein schlecht gewartetes Trampolin erhöht das Verletzungsrisiko. Bitte überprüfen Sie das Trampolin auf zerrissene oder abgenutzte Sprung- und Abdeckmatten, verbogene Rahmen oder fehlende Teile, lose oder kaputte Federn, Gesamtstabilität. Vor jedem Gebrauch sollte das Trampolin inspiziert werden. Verschlossene oder defekte Teile müssen unverzüglich ersetzt werden. Bis zur vollständigen Wiederherstellung darf das Trampolin nicht benutzt werden.

Schlechtes Wetter: Benutzen Sie das Trampolin nur, wenn das Wetter es zulässt. Eine nasse Sprungmatte ist zu rutschig, um sicher zu springen. Durch böigen oder starken Wind können Sie die Kontrolle über ihren Sprung verlieren.

Unbeschränkter Zugang: Wenn das Trampolin nicht gebraucht wird, bringen Sie die Leiter an einen sicheren Platz, sodass Kinder nicht unbeaufsichtigt auf dem Trampolin spielen können.

Methoden der Unfallverhütung

Rolle des Nutzers bei der Unfallverhütung: Grundkenntnisse des Trampolins sind ein „Muss“ für die Sicherheit. Alle Nutzer des Trampolins müssen zunächst lernen, wie man einen niedrigen Sprung kontrolliert ausführt und sich die grundlegenden Landepositionen und Kombinationen aneignen, bevor sie sich an fortgeschrittene Sprungübungen wagen. Die Nutzer müssen verstehen, warum sie ihre Sprünge kontrolliert ausführen müssen, bevor sie weitere Bewegungen versuchen. Einen kontrollierten Sprung zeichnet aus, wenn Absprung und Landung auf der gleichen Stelle erfolgen. Siehe Abschnitt: „Grundsprungtechniken“. Weitere Informationen oder Übungsmaterial erhalten sie von ausgebildeten Trampolinlehrern.

Rolle der Aufsichtsperson bei der Unfallverhütung: Die Aufsichtsperson sollte die Sicherheitsvorschriften und Hinweise kennen und durchsetzen. Es liegt im Verantwortungsbereich der Aufsichtsperson, allen Nutzern des Trampolins sachkundige Anleitung zu geben. Kann keine adäquate Aufsicht gewährleistet werden, sollte das Trampolin demontiert und an eine sichere Stelle gebracht oder mit einer Plane abgedeckt werden, die zusätzlich mit Schlössern oder Ketten befestigt ist. Die Aufsichtsperson ist dafür verantwortlich, dass die Sicherheitsplakette am Trampolin befestigt ist und die Nutzer diese Warnhinweise und Instruktionen kennen.

2. Wichtige Hinweise für den Gebrauch

- Das Trampolin darf stets nur unter Aufsicht benutzt werden, egal welche Sprungfähigkeiten oder welches Alter der Nutzer hat.
- Der Springer sollte alle Basissprungtechniken beherrschen. Siehe Abschnitt: „Basissprungtechniken“.
- Besonderen Wert muss auf kontrollierte Sprünge gelegt werden. Hierbei sind Absprungs- und Landepunkt identisch. Versuchen Sie nicht, andere Springer zu übertreffen.
- Springen Sie nicht zu lange. Müdigkeit erhöht die Verletzungsgefahr.

- Um Sicherheit und Spaß zu garantieren, sollte der Nutzer des Trampolins T-Shirts, Sporthosen, Sportschuhe, dicke Socken tragen oder barfuß springen. Anfänger sollten sich für lange Hosen und Oberteile mit langen Ärmeln entscheiden, um auf diese Weise kleine Verletzungen wie Schürfwunden zu verhindern. Bitte tragen Sie keine Schuhe mit harten Sohlen wie beispielsweise Tennisschuhe, da diese zu einer starken Abnutzung der Trampolinmatte führen.
- Für das Auf- oder Absteigen lesen Sie den Abschnitt „Auf- oder Absteigen“ unter der Überschrift: „Unfallursachen“. Führen Sie keine komplizierten Sprungmanöver ohne Beaufsichtigung durch einen zertifizierten Trampolinlehrer aus. Beginnen Sie mit leichten Sprüngen. Aufsichtspersonen oder Lehrer sollten erhöhten Wert auf die Sprungtechnik legen, anstatt auf die Sprunghöhe. Springen Sie niemals allein und unbeaufsichtigt auf dem Trampolin. Siehe Abschnitt: „Basisprungtechniken“.

3. Aufstellen des Trampolins

Der Freiraum um das Trampolin sollte mindestens 9 m betragen. Seitlich des Trampolins sollten sich keine anderen Objekte wie Äste, Kabel, Wände, Zäune, Schwimmbäder, Schaukeln etc. befinden. Um die Sicherheit bei der Verwendung des Trampolins zu garantieren, versichern Sie sich:

- Dass das Trampolin auf einer ebenen, festen, rutschsicheren und gleichförmigen Fläche steht. Dies ist überaus wichtig, da es ansonsten zu Schäden am Trampolin und daraus resultierenden Verletzungen kommen könnte!
- Der Lichteinfall ausreichend ist.
- Sich keine störenden Objekte in der Nähe des Trampolins befinden.

4. Wartung

Regelmäßige Kontrollen des Trampolins auf Schäden oder Verschleiß erhalten das Sicherheitsniveau. Defekte Teile, z. B. Verbindungsteile, sind sofort auszutauschen.

Das Trampolin ist bis zur Instandsetzung nicht mehr zu benutzen.

Die Trampoline sind verzinkt. Dennoch kann sich an Verbindungspunkten oder unter der Abdeckung Rost bilden. Um dies zu vermeiden, fetten Sie regelmäßig die Rahmenöffnungen für die Federn als auch die Verbindungspunkte mit Vaseline oder einem geeigneten Fett ein. So erhöht sich die Lebensdauer des Rahmens.

Bei Frost, Schnee oder starkem Wind wird empfohlen, das Trampolin vollständig zu demontieren und trocken einzulagern, um Materialschäden und Korrosion zu vermeiden.

Lagern Sie die Trampolinteile im Winter an einem trockenen, frostfreien Ort, um Rostbildung, Materialversprödung und Schimmel vorzubeugen.

5. Reinigung

Reinigen Sie das Trampolin mit einem weichen Tuch. Verwenden Sie kein Scheuermittel oder sonstige chemische Reinigungsmittel.

6. Verpackung

Dieses Trampolin ist durch eine Verpackung gegen Transportschäden geschützt. Das meiste Verpackungsmaterial ist wieder verwertbar. Bitte entsorgen Sie es fachgerecht.

STÜCKLISTE - TEIL 1

	Modell	Trampolin 244cm	Trampolin 305cm	Trampolin 365cm
A	Rahmenstange	6	8	8
B	Randabdeckung	1	1	1
C	Sprungmatte	1	1	1
D	Beinverlängerung	0	8	8
E	Beine	3	4	4
F	Federn	48	64	72
G	Montagehaken für Federn	1	1	1
H	Schrauben (45mm)	0	8	8
I	T-Stück	6	8	8
J	Mutter	0	8	8
K	Unterlegscheibe	0	8	8



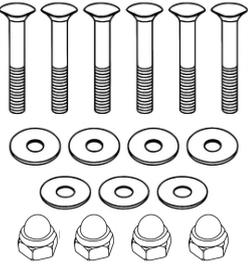
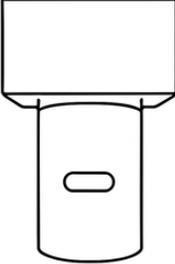
Trampolin 244cm
3 Standbeine



Trampolin 305cm
4 Standbeine



Trampolin 365cm
4 Standbeine

<p>A: Rahmenstange</p>	
<p>B: Randabdeckung</p>	<p>C: Sprungmatte</p>
	
<p>D: Beinverlängerung</p>	<p>E: Beine</p>
	
<p>F: Federn</p>	<p>G: Montagehaken für Federn</p>
	
<p>H / J / K: Schrauben, Mutter, Unterlegscheiben</p>	<p>I: T-Stück</p>
	

MONTAGEANLEITUNG

Um die verschiedenen Elemente unterscheiden zu können, beziehen Sie sich bitte auf die Teileliste.

Achtung: Zwei erwachsene Personen in guter körperlicher Verfassung werden für die Montage benötigt. Zu Ihrer Sicherheit sollten Sie geeignete Schuhe und Kleidung tragen. Das Nichteinhalten der Instruktionen kann zu Verletzungen führen.

Die Bilder können bei den verschiedenen Trampolinmodellen leicht variieren.

Schritt 1) UNTERER RAHMEN

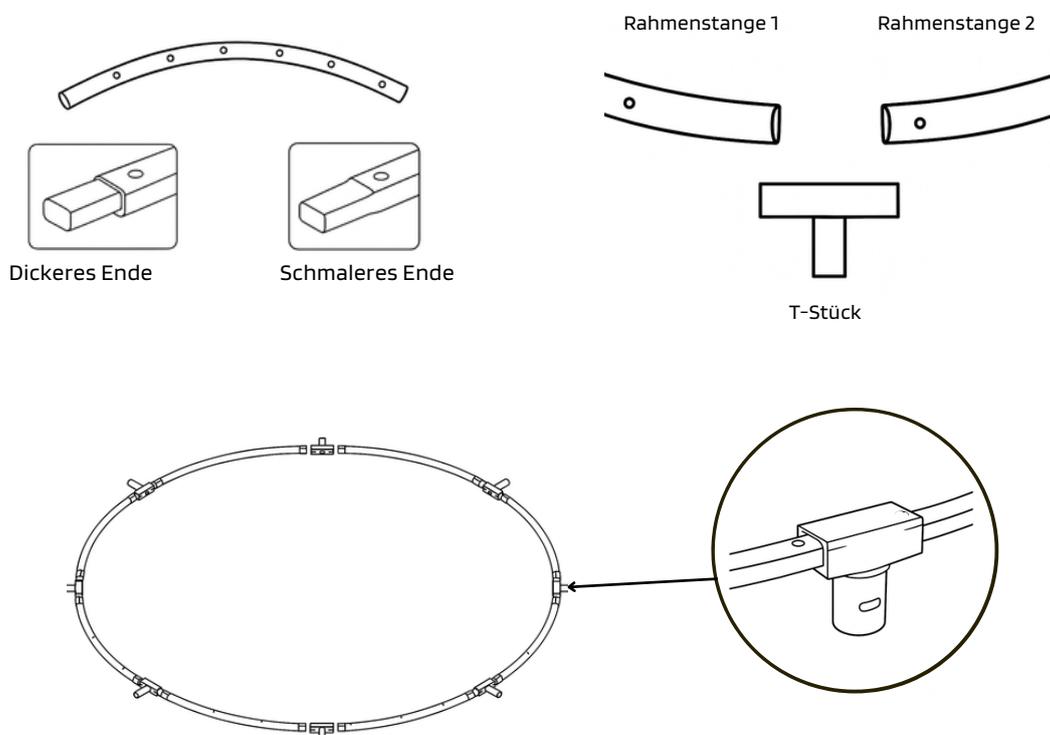
Nehmen Sie zwei Rahmenstangen zur Hand – jede Stange hat ein dickeres und ein schmaleres Ende. Stecken Sie zuerst die Stange mit dem dickeren Ende in ein T-Stück. Anschließend führen Sie die zweite Stange mit dem schmaleren Ende von der gegenüberliegenden Seite in dasselbe T-Stück ein.

Achten Sie darauf, dass die Öffnungen der Rahmenstangen nach oben zeigen.

Wiederholen Sie diesen Vorgang, bis alle Rahmenstangen miteinander verbunden sind und ein geschlossener Kreis entsteht. Die T-Stücke müssen dabei nach oben zeigen.

Für das Zusammenstecken der letzten Verbindung wird eine zweite Person benötigt. Diese sollte die gegenüberliegende Seite des Rahmens festhalten, um das Einstecken zu erleichtern.

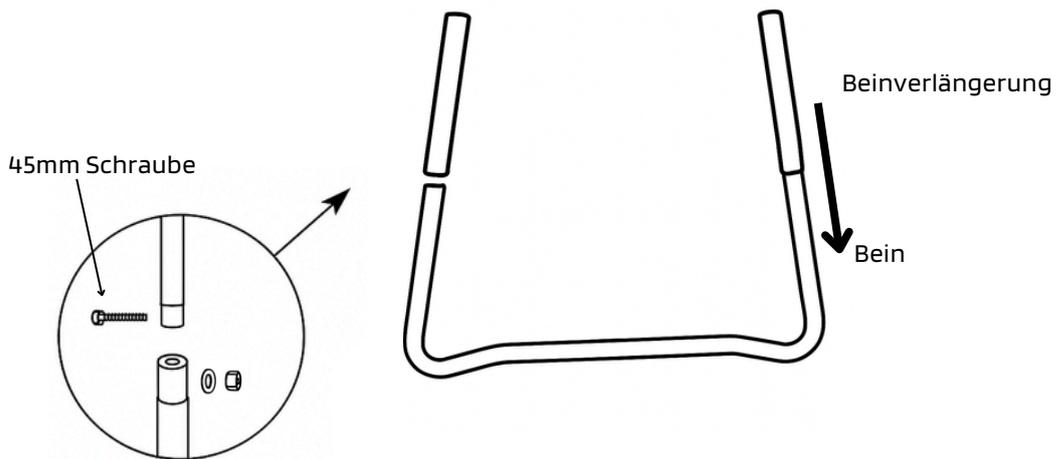
Achtung: Die Rahmenstangen können werkseitig leicht geölt sein.



Schritt 2) BEINE UND BEINVERLÄNGERUNG (BEINVERLÄNGERUNG NUR BEI GRÖSSE 305/365)

Hinweis: Dieser Montageschritt ist nur relevant für Trampoline der Größe 305 oder 365. Wenn Sie ein Trampolin der Größe 244 besitzen, können Sie diesen Schritt überspringen.

Stecken Sie die Beinverlängerung in die Beine. Verschrauben Sie beide Elemente mit der 45mm Schraube, der Mutter und Unterlegscheibe. Wiederholen Sie diesen Schritt für alle 4 Beine.



Dieser Schritt ist für alle Trampolin Größen relevant.

Stecken Sie die Beine nun in die Öffnung der T-Stücke. Achten Sie darauf, dass alles richtig einrastet. Wiederholen Sie den Schritt, bis ihr Trampolin so aussieht.

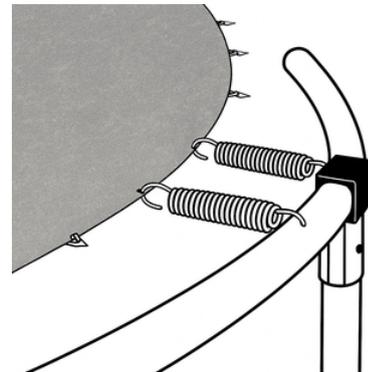
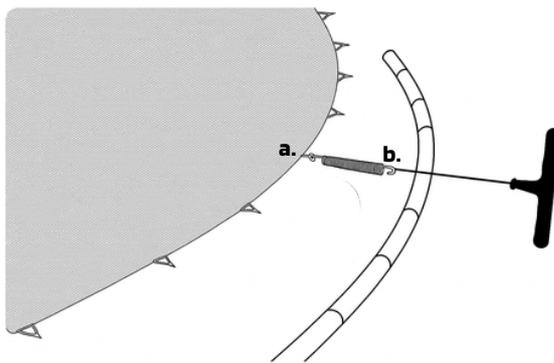


Schritt 3) SPRUNGMATTE

Legen Sie die Sprungmatte mit dem Logo nach oben in die Mitte des Rahmens. Zuerst befestigen Sie die ersten vier Federn am Rahmen in der Position 12 Uhr, gefolgt von den Positionen 3, 6 und 9 Uhr.



Stecken Sie die Seite **a** der Feder in die Öse der Sprungmatte. Nehmen Sie nun den Federhaken und stecken ihn in die Seite **b** der Feder. Ziehen Sie den Federhaken in Richtung des Lochs des Rahmens und lassen Sie den Haken der Feder in das Loch des Rahmens fallen, bis er vollständig gesichert ist und klopfen Sie ihn vorsichtig herunter, falls der Haken nicht vollständig im Loch sitzt.



Hinweis: Die Feder hat 2 Seiten. Die Seite mit der etwas größeren Öffnung ("b") wird im Rahmen eingehängt, das andere Ende ("a") in der Öse des Sprungtuchs.



TIP: Benutzen Sie den Federhaken. Achten Sie während der Montage der Federn besonders auf Ihre Hände. Bei der Montage der Federn kann man sich Schürfwunden oder Quetschungen zuziehen. Deshalb tragen Sie unbedingt Handschuhe zum Schutz.

Befestigen Sie nun die weiteren Federn in den Positionen wie auf den Zeichnungen dargestellt.

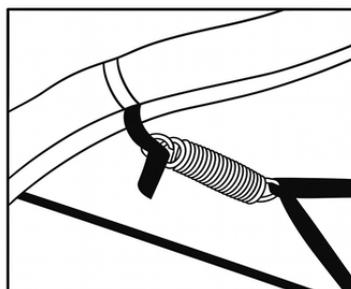
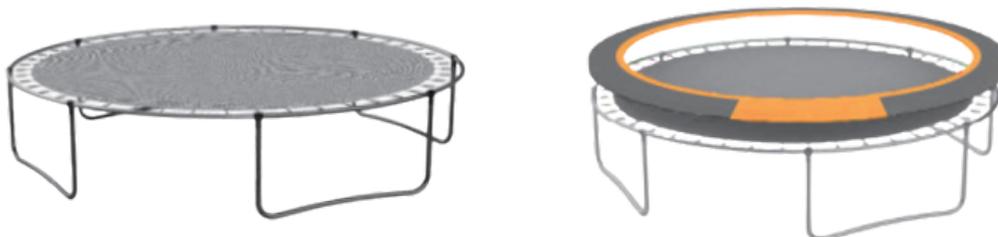
WICHTIG: Stellen Sie sicher, dass alle Federn installiert sind, bevor Sie mit dem nächsten Schritt fortfahren. Die Spannung aller Federn ist entscheidend für die allgemeine strukturelle Sicherheit.



Schritt 4) RANDABDECKUNG

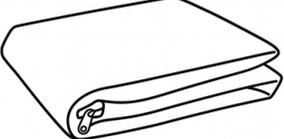
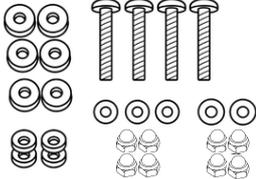
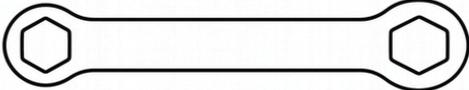
Legen Sie die Randabdeckung auf den Rahmen, so dass diese alle Federn abdeckt. Binden Sie dann die Bänder, die sich an der Unterseite der Randabdeckung befinden, am Rahmen fest. Die Öffnung am äußeren Ende der Randabdeckung wird im Anschluss über den Rahmen gezogen, bis dieser abgedeckt ist.

WICHTIG: Stellen Sie sicher, dass die Randabdeckung korrekt angebracht und gesichert ist. Sie sollte alle Federn und den Rahmen abdecken. Eine ordnungsgemäß installierte Randabdeckung ist entscheidend, um Verletzungen zu verhindern.



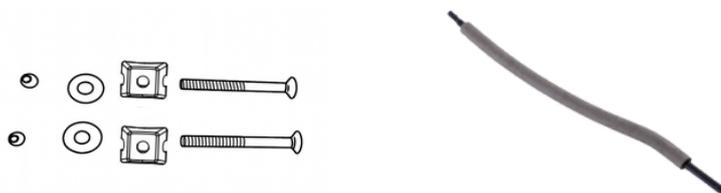
STÜCKLISTE- TEIL 2

	Modell	Trampolin 244cm	Trampolin 305cm	Trampolin 365cm
A	Obere Stangen / Schutzabdeckung	6	8	8
B	Untere Stangen / Schutzabdeckung	6	8	8
C	Sicherheitsnetz	1	1	1
D	Schnur	2	2	2
F	Werkzeug	1	1	1
G	Teleskopstange	6	8	10
H	Kunststoffkappe	6	8	8
L	Schrauben (85mm)	12	16	16
M	Unterlegscheiben	12	16	16
N	Kunststoffplatte	12	16	16
O	Mutter	12	16	16
P	Schutzabdeckung	6	8	8

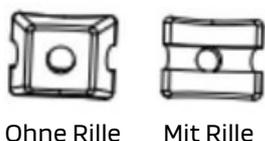
A: Obere Stangen Schutzabdeckung	B: Untere Stangen Schutzabdeckung
	
C: Sicherheitsnetz	D: Schnur
	
L-O: Schrauben und Kunststoffplatten	F: Werkzeug
	
G: Teleskopstange	H: Kunststoffkappe
	
P: Schutzabdeckung	
	

Schritt 5) Untere Rahmenstange befestigen

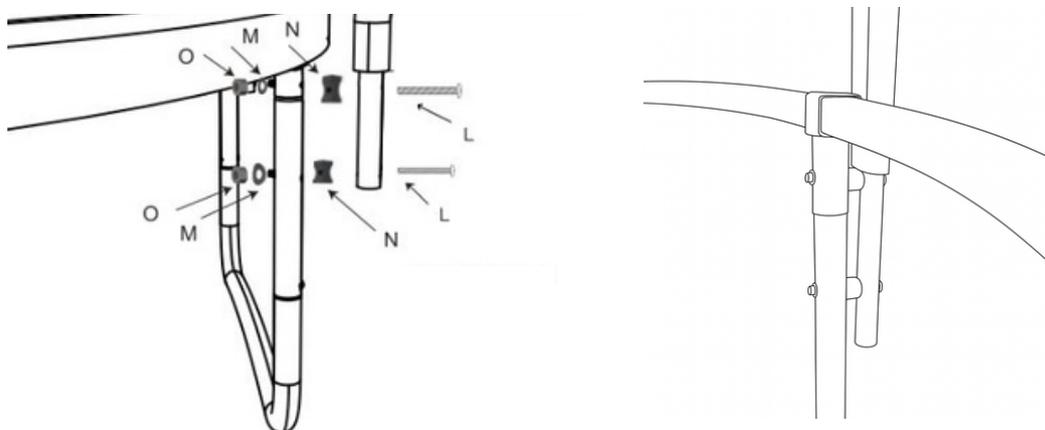
Verbinden Sie die untere Rahmenstange mit dem Bein des Trampolins gemäß der angegebenen Schrittfolge. Verwenden Sie dafür die mitgelieferten Teile: Schraube (L), Unterlegscheibe (M), Abstandshalter (N) und Mutter (O). Nutzen Sie das beiliegende Werkzeug für die Montage.



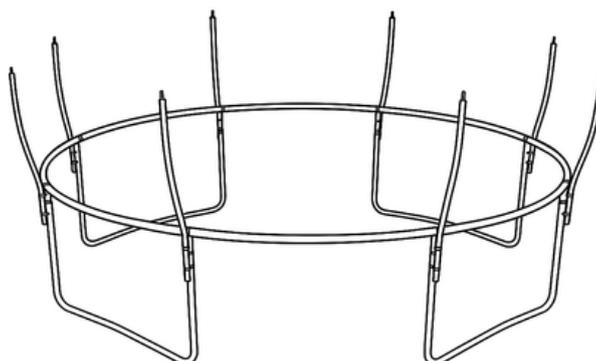
Beachten Sie, dass die Kunststoffplatten 2 Seiten haben: Eine mit und eine ohne Rillen. Die Seite ohne Rillen muss zu der äußeren Rahmenstange zeigen.



Führen Sie die 85mm-Schraube (L) zunächst durch die untere Rahmenstange. Anschließend den Abstandshalter (N) auf die Schraube setzen – **wichtig**: Die gerillte Seite des Abstandshalters muss zur unteren Rahmenstange zeigen. Führen Sie die Schraube nun durch das Trampolinbein. Sichern Sie die Verbindung mit einer Unterlegscheibe (M) und der passenden Mutter (O). Achten Sie darauf, dass die untere Rahmenstange außen am Trampolinbein montiert wird.

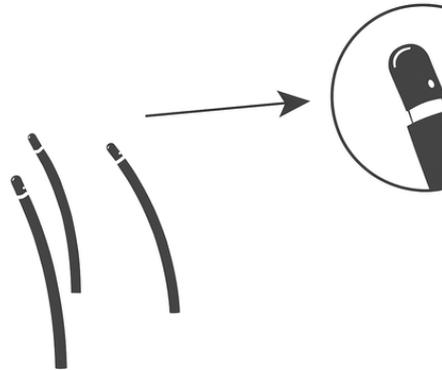


Ihr Trampolin soll nun so aussehen:

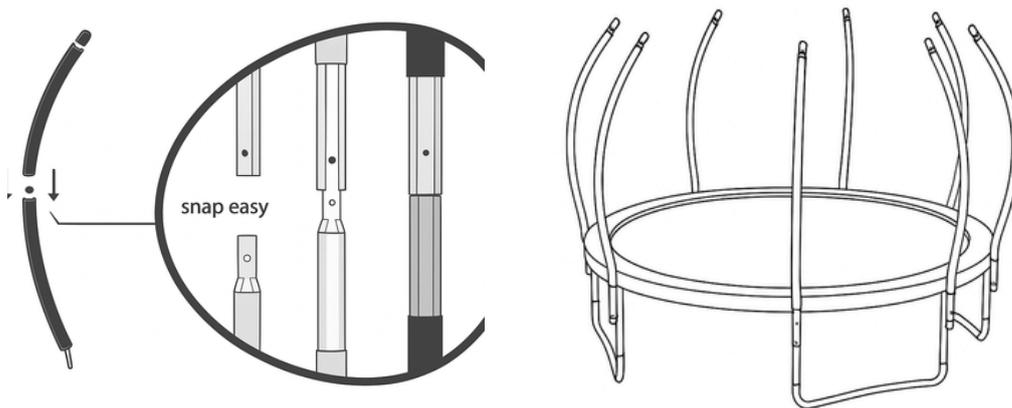


Schritt 6) OBERE RAHMENSTANGE

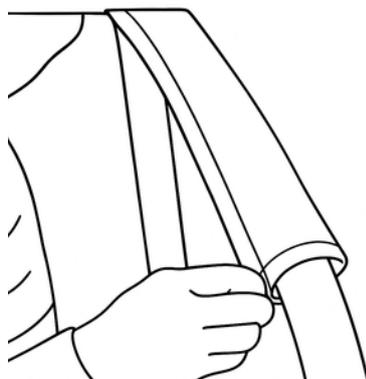
Stecken Sie die Kunststoffkappen auf die Enden der oberen äußeren Rahmenstangen und drücken Sie sie fest, bis sie einrasten. Stellen Sie sicher, dass die Öffnung der Kunststoffkappe nach außen zeigt.



Die obere Rahmenstange wird nun mit der unteren Rahmenstange durch die Schnellklemme verbunden. Wiederholen Sie den Vorgang für alle Außenstangen.



Stülpen Sie die Schutzabdeckung (P) über die Rahmenstange. Wiederholen Sie den Vorgang für alle Außenstangen.



Schritt 7) TELESKOPSTANGE

Fädeln Sie die erste Teleskopstange (G) mit dem schwarzen Endstück beginnend in die Öffnung am oberen Rand des Sicherheitsnetzes ein.

Nehmen Sie nun eine zweite Teleskopstange und führen Sie diese durch die benachbarte Öffnung. Stecken Sie die beiden Stangen an ihren Enden fest ineinander.

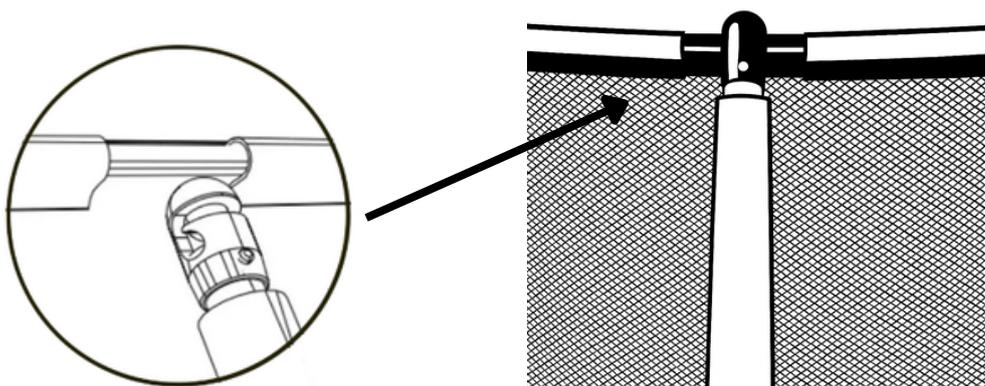
Wiederholen Sie diesen Vorgang rund um das Netz, bis alle Teleskopstangen verbunden sind und ein geschlossener Kreis entsteht.

Achten Sie dabei darauf, dass das Netz gleichmäßig zwischen den Verbindungsstellen der Teleskopstangen verläuft und keine Verdrehungen entstehen.

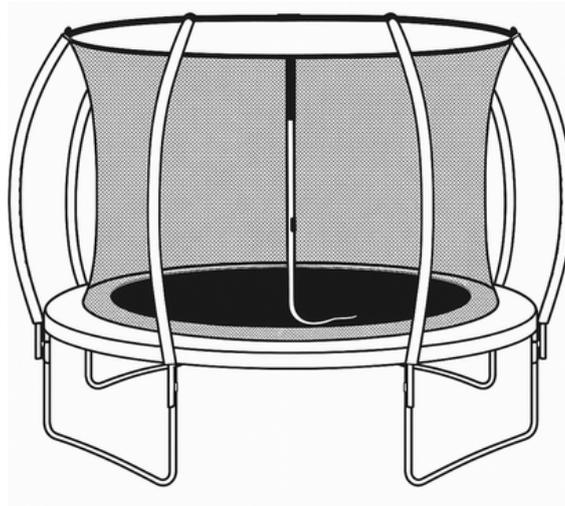


Befestigen Sie Teleskopstange mit dem Rahmen, indem Sie die Öffnung der Kunststoffkappe in die Teleskopstange einsetzen und einrasten lassen.

Wiederholen Sie diesen Schritt, bis alle Rahmenstangen mit dem Netz verbunden sind.



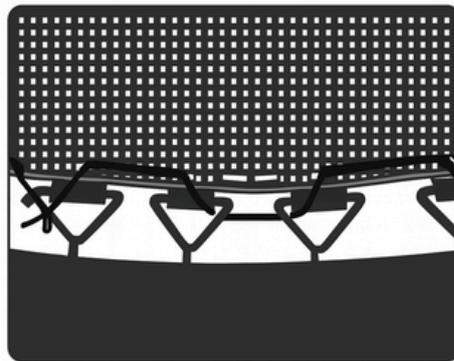
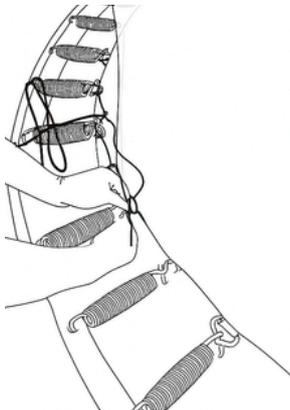
Ihr Trampolin sollte nun so aussehen.



Nehmen Sie das Seil und binden Sie es an dem V-Ring der Sprungmatte, der sich in der Nähe des Netzeingangs befindet, mit einem festen Knoten fest.

Fädeln Sie das Seil nun abwechselnd durch die Öffnung am unteren Rand des Sprungnetzes und den jeweils nächsten V-Ring. Arbeiten Sie sich auf diese Weise rund um das Trampolin vor, bis Sie am Ende des Seils angekommen sind.

Zum Schluss verknoten Sie das Seil sicher, damit es sich nicht lösen kann.



Schritt 8) LEITER

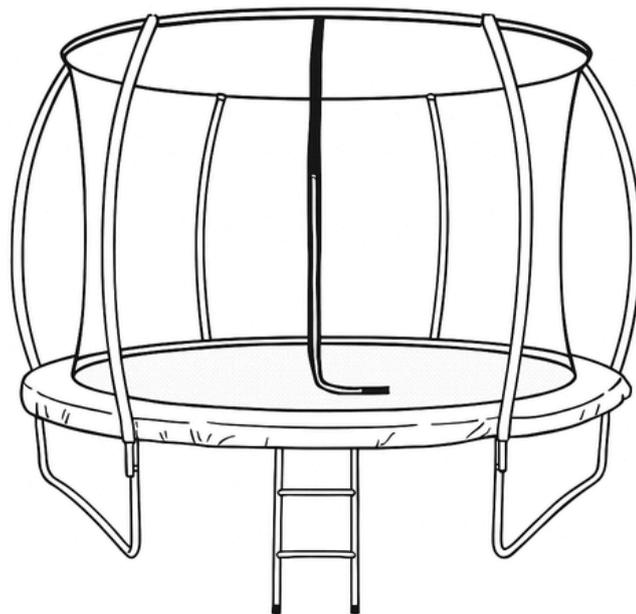
Führen Sie die Leiterstange durch die Öffnung der Leitersprosse. Stecken Sie von der Innenseite jeweils eine Schraube (40mm) durch die vorgesehene Bohrung und fixieren Sie diese auf der Außenseite mit einer Unterlegscheibe und Mutter.

Wiederholen Sie diesen Vorgang für alle Stufen.

Zum Schluss wird die Leiter schräg am Rahmen des Trampolins eingehängt – auf Höhe der Öffnung des Sicherheitsnetzes.



So soll Ihr zusammengebautes Trampolin aussehen:



Ausprobieren des Trampolins

Nach der Montage des Trampolins ist es dringend erforderlich, dass Sie die folgenden Sicherheitschecks/Überprüfungen durchführen:

Überprüfung des Trampolins:

- Versichern Sie sich mit Hilfe eines Schraubenziehers, dass alle Schrauben fest angezogen sind.
- Schauen Sie unter das Trampolin und überprüfen Sie, ob alle Federn sicher im Rahmen und in den Dreiecks-Ösen des Sprungtuches eingehakt sind.
- Wackeln Sie am Trampolin und prüfen Sie die Stabilität des Rahmens und die Standfestigkeit. Der Boden muss eben sein.
- Stellen Sie sicher, dass die Abdeckmatten die Federn und den Rahmen komplett bedecken und mit den Bändern sicher befestigt sind.

Überprüfung des Sicherheitsnetzes:

- Überprüfen Sie die Haltestangen auf festen Halt.
- Sehen Sie sich Material und Nähte des Netzes und der Einsteckhülsen genau an. Sie müssen einwandfrei sein.
- Kontrollieren Sie Reißverschluss und Haken des Eingangs auf einwandfreie Funktion.
- Schauen Sie nach, ob alle Haken unterhalb des Trampolins in den Dreiecks-Ösen eingehängt sind.

Nachdem Sie alle Tests ausgeführt haben, springen Sie 5 Minuten lang in der Mitte des Trampolins. Das Trampolin ist nun sicher. Herzlichen Glückwunsch. Das Trampolin ist fertig zusammengebaut. Beachten Sie stets die Sicherheitsvorschriften. Haben Sie Spaß, springen Sie vorsichtig.

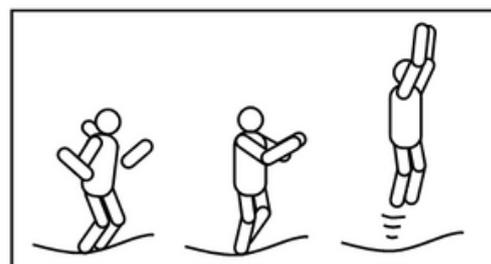
Basissprungtechniken

Da die Gefahr einer Verletzung bei ungeübten Springern sehr hoch ist, ist es wichtig, dass Sie die Basissprungtechniken erlernen.

Bitte beachten Sie, dass es sich hierbei lediglich um Zusatzinformationen handelt, die kein fundiertes Wissen ersetzen.

Der Basissprung

- Starten Sie aus stehender Position, Füße schulterbreit auseinander, Augen auf die Matte.
- Schwingen Sie Ihre Arme nach vorne und in einer Kreisbewegung herum.
- Bringen Sie Ihre Füße in der Luft zusammen und strecken Sie die Zehenspitzen nach unten.
- Bei der Landung sind die Füße schulterbreit auseinander.



Das Abbrechmanöver

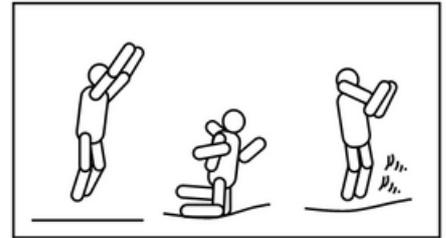
- Gelegentlich verliert der Springer die Kontrolle über seinen Sprung. Durch das Ausführen des Abbrechmanövers kann der Springer die Kontrolle über den Sprung und sein Gleichgewicht wiedergewinnen.
- Beginnen Sie mit einem Basissprung.
- Bei der Landung ziehen Sie Ihre Knie an. So können Sie Ihren Sprung abbrechen.

Der Hand-/Kniesprung

- Beginnen Sie mit einem niedrigen kontrollierten Basissprung.
- Landen Sie auf Ihren Händen und Knien, lassen Sie dabei den Rücken gerade.
- Achten Sie auf eine gute 4-Punkt-Landung. Die Höhe sollte keine Rolle spielen.

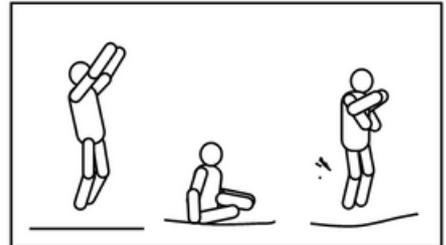
kniesprung

- Beginnen Sie mit einem niedrigen kontrollierten Basissprung.
- Landen Sie auf Ihren Knien, halten Sie dabei den Körper aufgerichtet, den Rücken gerade. Benutzen Sie Ihre Arme, um das Gleichgewicht zu halten.
- Springen Sie zurück in die Grundposition, indem Sie Ihre Arme aufwärts schwingen.



Sitzsprung

- Landen Sie in einer flachen Sitzposition.
- Setzen Sie Ihre Hände neben Ihre Hüften auf.
- Bringen Sie sich wieder in aufrechte Position, indem Sie sich mit den Händen abdrücken.



INSTRUCTION MANUAL

ENGLISH



Please read carefully and be sure to keep for future reference



Max. 100KG

Art.-Nr.: KT010244-0000 | KT010244-0007



Max. 150KG

Art.-Nr.: KT010305-0000 | KT010305-0007 |
KT010305-1000 | KT010365-0000

IMPORTANT: Please read carefully and be sure to keep for future reference.

IMPORTANT: Read the instructions for use carefully and keep them for future reference.

Despite careful editing, printing errors or changes to product specifications at short notice cannot be completely ruled out. The illustrations in this manual are indicative and may differ from the actual product. In any case, pay attention to the actual product and the corresponding features. The trampoline and its components may be subject to product improvements. Thus, changes in construction, manufacture or design may be made without prior notice once all standards and certifications have been fully passed. For further information, please contact the KETTLER support team at the following e-mail address: info@kettlershop.com.

IMPORTANT: Keep this manual for future reference.

WARNING

Warning: Only for domestic use.

Warning: Not suitable for children under 36 months. Small parts.

Warning: Maximum weight 100 kg for article number KT010244-0000, KT010244-0007 and 150 kg for article number KT010305-0000, KT010305-0007, KT010305-1000 and KT010365-0000.

Warning: For outdoor use only.

Warning: The assembly of the product must be done carefully by at least two adults. Before you start assembling the trampoline, read all the instructions in this manual.

Warning: Only one user. Collision hazard.

Warning: Always close the net opening before jumping.

Warning: Take off your shoes, or gym shoes with a thin sole are possible.

Warning: Do not use if the jumping mat is wet.

Warning: Empty your bags before boarding.

Warning: Always jump in the middle of the jump mat.

Warning: Do not eat while jumping.

Warning: Do not exit by a jump.

Warning: Make a rest after 20mins.

Warning: In high wind conditions, secure the trampoline and do not use it.

Warning: Self-locking nuts are to be used for one-time setup only.

Warning: No somersaults or other difficult jumps.

Warning: The net should be replaced every year.

Warning: Read the instructions.

Warning: Require supervision by an adult.

ADDITIONAL INFORMATION

1. Always inspect the trampoline before each use. Make sure no part is lost.
2. before use, check that all springs are properly mounted to ensure that the springs do not fall off during use.
3. please check all covers and sharp edges to ensure safety.
4. Please follow these instructions on the correct use of the trampoline and keep these instructions for future reference.
5. In certain countries during winter period, the snow load and very low temperature may damage the trampoline. It is recommended to remove the snow and store the mat and enclosure inside.
6. The safety net must be checked regularly (at least once a year) for damage or material fatigue and must be replaced if necessary.

The use of the trampoline is taken at your own risk! The manufacturer is only responsible for the good condition of the trampoline!

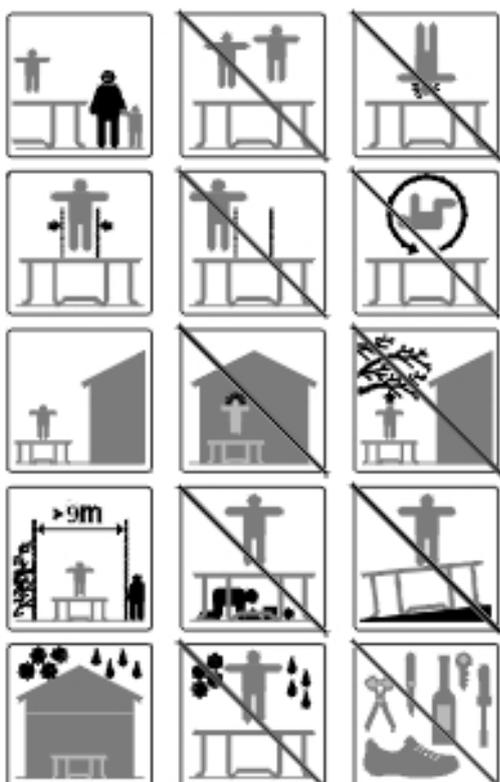
INTRODUCTION

Before you begin to use this trampoline, you must read all the information in this manual. Just like any other type of physical recreational activities, Participants can be injured. To reduce the risk of injury is sure to follow the appropriate safety rules and tips.

- This manual is a part of the product. Therefore, keep this manual for future reference. In case you want to give the product to another person, please always give this manual.
- Misuse and abuse of this trampoline is dangerous and can cause serious injury or death!
- Trampolines are rebounding devices which propel the performer to unaccustomed heights through a variety of movements. So always use caution when playing on a trampoline.
- Always inspect the trampoline before each use. Make sure no part is lost.
- Proper assembly, care and maintenance of product, safety tips, warnings, and proper techniques in jumping and bouncing are included in this manual. All users and supervisors must read and familiarize themselves with these instructions. Anybody who chooses to use this trampoline must be aware of their own physical limitations and only perform jumps and bounces corresponding to their own abilities.

Before the start of the training seek medical advice if trampoline is suitable for you.

Initially, you should get accustomed to the feel and bounce of the trampoline. The focus must be on your body position and you should practice each fundamental bounce until you can do each skill with bounce before moving on to more difficult and advanced bounces. Do not bounce recklessly on the trampoline, emphasis must be made on good control and the mastering of various bounce techniques.



No more than one person is allowed on the trampoline! Multiple jumpers increase the risk of injury resulting from min-air collisions.



Do not perform somersaults (flops) as this will increase the chances of landing on your head or neck. Paralysis or even death can result.

INSTRUCTIONS

1. General Instructions

Purpose

- The product is intended for home/domestic use only and it not suitable for professional or medical uses.
- The maximum weight is:

Modell	Max. Weight	Frame height	Safety net	Bar height	Diameter	Total height
KT010244-0000 KT010244-0007	100 kg	55 cm	180 cm	180 cm	244 cm	235 cm
KT010305-0000 KT010305-0007 KT010305-1000	150 kg	76 cm	180 cm	180 cm	305 cm	256 cm
KT010365-0000	150 kg	80 cm	180 cm	180 cm	365 cm	260 cm

Overloading the trampoline above the recommended user weight will cause damage to the trampoline which is not covered by the warranty.

DANGER FOR CHILDREN

- This trampoline is a toy. Do not let unsupervised children near this product. Carry out the necessary safety precautions and supervise all trampoline activities.
- Be aware that the packaging material is not suitable for children and ensure the packaging materials in disposed properly. There is a danger of suffocation.
- Trampoline over 51cm (20inches) in height are not recommended for children under 6 years of age. Children cannot recognize potential dangers from this product. Keep children away from this product. The product has to be stored out of reach of children and pets.

ATTENTION - PRODUCT DAMAGES

- Do not alter the product. Only use original spare parts. Repairs should only be carried out by qualified technicians. Improper repairs can compromise the safety of your trampoline. Use this product only as described in this manual.
- Protect the product against humidity and high temperatures.
- Note, always check the suitability for use of this product, for example checking for the parts that can be damaged.

ASSEMBLY ADVICE

- The assembly of the product must be done carefully by at least two able-bodied adults. If in any doubt, ask a technically qualified person.
- Before you start assembling the trampoline, read all the instructions in this manual.
- Remove all packaging materials and lay down all parts on a free space. This gives you an overview and simplifies the assembly procedure.

- Check with the parts list that no parts are missing. Dispose of the packaging material when the assembly is completed.
- Beware that when using tools or doing technical work, there is always a risk of injury. Therefore assemble the product carefully.
- Create a danger free environment, for example: do not let tools lie around the work space.
- Store the packaging material in a way that can not cause any danger. Foils and plastic bags are dangerous for children (danger of suffocation).
- After installing the product according to the instruction manual, please make sure that all screws, bolts and nuts are correctly installed and tightened and that all joints are tightly fixed.
- A clearance space of at least 8m is necessary around the trampoline. An appropriated clearance must be kept between the trampoline and possible sources of danger, such as electric cables, tree branched, playing devices, swimming pools and fences.
- The trampoline must be set up properly before use.
- Never set up the trampoline in rainy, windy or stormy conditions, especially lighting conditions. It is recommended that the trampoline be taken apart and stored in bad weather.
- The metal frame of the trampoline will conduct electricity, lightning, extension cords and all electrical equipment must never be allowed to come in contact with the trampoline.
- The trampoline must always be used in a well-lit area.
- Do not place any objects under the trampoline.
- Do not place the trampoline in the vicinity of other leisure devices.
- When assembling or disassembling, please use gloves to protect your hands.

ADDITIONAL TIPS

- For additional stability you can place sand bags on the trampoline legs. This will prevent the trampoline from tipping over in the event of any side ward's force.
- Do not use during pregnancy.
- Do not use when suffering from high blood pressure.
- Jump with bare feet. Do not wear shoe, this will damage the jumping mat which is not covered by the warranty.
- No smoking.
- Do not put cigarettes, pets, sharp objects, or any other foreign objects on the trampolines.
- Do not use the trampoline whilst under the influence of alcohol or drugs.
- Do not sit or lean on cover pads as it needs to be feeble so it can move with the jumping mat. Please do not allow small children to pull themselves up the trampoline by using the cover pads. Tears in stitching caused by obstruction frame pads are not covered by warranty.
- Place trampoline on level ground, preferably on grass. Locating the trampoline on hard surface will add stress to the frame and overtime cause damage which is not covered by the warranty. Placing the trampoline on an uneven surface may result in the trampoline tipping over.
- Do not expose the trampoline to direct contact with open flames.
- Secure the trampoline against unauthorized use.
- Do not use if trampoline is wet.
- Trampoline should be tied down with anchors during windy conditions or dismantled and stored away.

WARNING

- Please ensure that the safety enclosure net zipper is 100% closed and all three entrance hooks are re-hooked before jumping.
- Do not intentionally jump into the safety net, it is only designed to stop persons from falling off the trampoline. Intentional jumping into the safety net may cause the trampoline to tip over, or may damage your net. Abuse of the safety net is considered negligent use which is not covered by the warranty, please refer to the disclaimer.

SAFETY INSTRUCTIONS

- The trampoline is not intended to be buried into the ground.
- All users of the trampoline need a supervisor, regardless of the age and the experience of the users.
- The safety instructions of the trampoline should always be considered and obeyed.
- Somersaults must be avoided. Incorrect landing on the trampoline can lead to injuries, particularly to the back, neck or head. Injuries may include paralysis. Or even death.
- Only one person should use the trampoline at a time. Multiple users on the trampoline will increase the risk of collision.
- The trampoline has to be examined for damaged, wearing or defective part before each usage, as it can impair the overall safety of the trampoline. The damaged wearing or defective parts should be replaced immediately. In the meantime the trampoline must be restricted from access.
- No clothes with hooks or parts may be carried when jumping on the trampoline, in order to avoid hooks getting caught.
- The trampoline must be set up only on a flat ground and non-slippery surfaces.
- Strong wind can blow the trampoline away. If strong winds are predicted, the trampoline must be moved to a protected place, and taken apart, or fastened to the ground with cords and herrings. At least three anchorages are necessary. It is not enough to anchor the pennants in the ground since the can tear out of the patch cords. The ground anchors are not included in the scope of delivery but can be purchased separately directly from the online shop at www.kettlershop.com.
- Try to avoid the moving the assembled trampoline, because it could bend during transportation. Should it be necessary to move the trampoline, please consider the following: at least four people must be evenly spaced around the frame to lift the trampoline off the ground. The trampoline must be carried horizontally, and if the frame shifts position use four people to draw the trampoline in shape.
- Trampoline are jumping devices, enabling the user to jump to unusual heights as well as into a multiplicity of body movements. Jumping into the trampoline, hitting the frame, cover pads or incorrect landing on the trampoline can lead to injury.
- Users should be familiar with the user manual. This manual contains assembly instructions selected precautionary measures as well as recommendations for servicing and maintenance of the trampoline, in order to ensure a secured and fun use of the trampoline.
- It is the responsibility of the owner of the supervisor to guarantee that all users of the trampoline are informed sufficient space around it as a safety precaution.
- Never use it near water and keep sufficient space around it as a safety precaution.
- Beware of moving parts, which could catch your arms and legs.
- Do not stick any foreign objects in to the trampoline.
- Do not allow anyone or any object to go under the trampoline whilst someone is jumping on the mat. The jumping mat is flexible and downwards force create by someone jumping can cause serious injury to a person.
- Implement all safety rules and make yourselves familiar with the information in the user manual.
- The trampoline can be only used, if the jumping mat is clean and dry. Worn or damaged jumping mats should immediately be replaced.
- Object, which could be dangerous to the used, should be vacated from the area.
- Avoid unauthorized and unsupervised use of the trampoline.
- Do not use the trampoline under influence of alcohol or drugs (incl medicines).
- Learn the fundamental jumping techniques thoroughly, before trying difficult jumps. For more information, see section-fundamental bounce techniques.

- Climb on the trampoline. Do not jump on it directly. Do not use the trampoline as jump board for other articles. For more information, see section-accident categories: mounting and dismounting. For further information or exercise documents, you can turn to a trained trampoline teacher.
- In winter, 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. Always check the trampoline before each use.

POSSIBLE ACCIDENT CAUSES

Somersaults: Somersaults must be avoided. Incorrect landing on the trampoline can lead to injuries, particularly to the back, neck or head, including paralysis or even death. The user can also be injured by landing on the trampoline in an uncontrolled manner.

Multiple users: The risk of injuries is raised if several persons jump on the trampoline simultaneously and lose control of their bounces. The jumper can collide with each other, land improperly or fall off the trampoline. Usually, the smallest or lightest person is injured rather than a taller or heavier person.

Ascending and descending: Always ascend and descend carefully. Do not pull yourselves at the protection mat, do not march on the springs and do not jump on the trampoline from any higher place such as ladder, roof or terrace. Do not jump off the trampoline regardless of the nature of the ground around the trampoline. Small children possibly need help with ascending and descending the trampoline. Do not stand on the protection mat. When descending the trampoline move to rim of the bounce mat, bend forward and hold on the frame. Then step on the ground or ladder.

Frame and springs: When bouncing on the trampoline keep to the center of the bounce mat in order to reduce the risk to be injured by landing on the frame or the springs. The springs and the frame must always be completely covered by the protection mat. Avoid to step on the protection mat as it is not designed to be stepped on.

Loss of control: Losing control of the bounce can result in injuries by an improper landing on the bounce mat, the frame or the springs or by falling off the trampoline. A controlled bounce is characterized by the fact the person lands on the same place as he or she had jumped off. Learn the fundamental jumping techniques thoroughly before trying difficult jumps. The risk of injury is increased by fatigue of the person jumping or by affecting a bounce which is beyond the persons bouncing ability. Control can be regained by pulling the knees completely towards the body while landing.

Drugs and alcohol: The risk of injury is increased under the influence of drugs and alcohol, as these substances will impair the reaction time, the judgment, the stereoscopic vision, then overall coordination and motor function of a person.

Foreign objects: Do not use the trampoline if there are pets, other persons or objects beneath the trampoline. Do not hold any objects while jumping on the trampoline and do not place any objects on the trampoline while a person is jumping. Remove all branches, cables etc. which are above the trampoline.

Poor maintenance: A poor maintenance of the trampoline raises the risk of injury. Check the trampoline for torn or worn bounce mats and protection mats, a bent frame or missing parts, loose or broken springs and the overall stability of the trampoline. Check the trampoline before each use and replace all missing parts immediately. The trampoline must not be used before it has been completely repaired.

Poor weather conditions: Only use the trampoline in good weather conditions. A wet bouncing mat is slippery. The person jumping can lose control when jumping with strong winds.

Unlimited access to the trampoline: Please store the ladder at a secure place when the trampoline is out of use in order to prevent children from an unsupervised access to the trampoline.

ACCIDENT PREVENTION

The user's role with accident prevention: Basic knowledge of the trampoline is indispensable for security. All users of the trampoline must have been familiarized with the basic bounce and landing techniques before passing over to more sophisticated bounces. The user effects a controlled bounce when he jumps off and lands at the same place. For further details see paragraph "Basic bouncing techniques". For further information please contact a skilled trampoline coach.

The supervisor's role: The supervising person must know all safety instructions and is responsible for their observance. If no appropriate supervision is possible the trampoline has to be dismantled and to be stored at a secure place. It has to be covered by a tarpaulin which is secured by a chain and a lock. The supervising person has to make sure that the users observe the safety instructions and the information sign is placed on the trampoline.

IMPORTANT INSTRUCTION FOR USE

- The trampoline must only be used supervised, regardless of the bouncing abilities and the age of the user.
- The person jumping has to master all basic bouncing techniques (see paragraph "basic bouncing techniques").
- The emphasis must be put on a controlled bouncing. The person jumping must not try to outdo another person.
- Do not bounce too long. Fatigue can increase the risk of injury.
- The user should wear appropriate clothing such as T-shirts, trunks and trainers with soft soles or jump barefoot.
- We recommend that beginners wear long trunks and tops with long sleeves in order to prevent abrasions.
- Please refer to the paragraph "ascending and descending" in paragraph "accident prevention". Do not exert difficult bounces without being supervised by a skilled trampoline coach. Begin with easy bounce putting an emphasis on the bouncing technique rather than on the bouncing height. Never jump on the trampoline alone and unattended. See paragraph "basic bouncing techniques".

ASSEMBLING THE TRAMPOLINE

A clearance space of at least 8m is necessary above the trampoline. An appropriated clearance must be kept between the trampoline and possible sources of danger, such as electric cables, tree branches, playing devices, swimming pools and fences.

The trampoline must not be placed on hard surface such as asphalt, concrete, etc...

Please make sure that:

- The trampoline has been placed on an even, solid and non-skid surface.
- The place is well lit.
- No disturbing objects are next to the trampoline.

MAINTENANCE

In order to maintain the safety standard of the trampoline it has to be checked regularly. Defective parts such as connecting devices have to be replaced immediately. The trampoline must not be used before it has been completely repaired.

The trampolines are galvanized. Despite the galvanization there might be rust-streaked place at the connector points or under the protection covers. In order to avoid rust please lubricate the frame holes and the connecting devices regularly with petroleum jelly or another appropriate lubricant. This will increase the durability of the frame.

Regular maintenance is required. A neglect of regular maintenance can endanger the user. Observe the following instructions. It is particularly important that you follow the beginning of each season and periodically during the use season, the maintenance instructions.

- Check all nuts and bolts for tightness and tighten if necessary after this.
- Check that the ends of all springs are still intact and cannot come loose during use.
- Check all covering for bolts and sharp edges. Replace them if necessary please.
- Do not make any changes on the trampoline. Use only original spare parts. Repairs should be performed only by qualified persons. Improper repairs may put the safety of the trampoline. Use this product only as described in this manual.

CLEANING

Wipe the trampoline with a soft cloth. Do not use an abrasive or other chemical detergent.

PACKAGING

This trampoline is protected against transport damaged by an appropriate package. Most of the packing material is recyclable. Please dispose of it in an appropriate way.

WINTER

In case of frost, snow, or strong wind, it is recommended to fully dismantle the trampoline and store it in a dry place to prevent material damage and corrosion.

PART LIST - 1

	Trampoline size	Trampoline 244cm	Trampoline 305cm	Trampoline 365cm
A	Frame tube	6	8	8
B	Spring cover	1	1	1
C	Jumping mat	1	1	1
D	Leg extension	0	8	8
E	Legs	3	4	4
F	Spring	48	64	72
G	Spring tool	1	1	1
H	Screws (45mm)	0	8	8
I	T-connector	6	8	8
J	Nuts	0	8	8
K	Metal pad	0	8	8



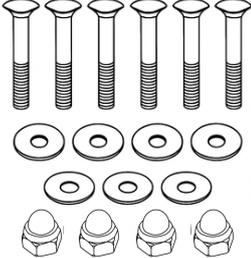
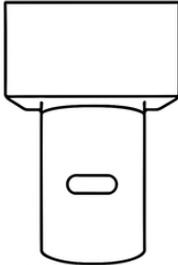
Trampoline 244cm
3 legs



Trampoline 305cm
4 legs



Trampoline 365cm
4 legs

<p>A: Frame tube</p>	
<p>B: Spring cover</p>	<p>C: Jumping mat</p>
	
<p>D: Leg extension</p>	<p>E: Leg</p>
	
<p>F: Spring</p>	<p>G: Tool for spring</p>
	
<p>H / J / K: Screws, Nuts, Metal Pads</p>	<p>I: T-Conntector</p>
	

ASSEMBLY INSTRUCTION

To help distinguish between the different components, please refer to the parts list.

Caution: Assembly requires two adults in good physical condition. For your safety, wear appropriate footwear and clothing. Failure to follow the instructions may result in injury.

Please note: The illustrations may vary slightly depending on the trampoline model.

Step 1) LOWER FRAME

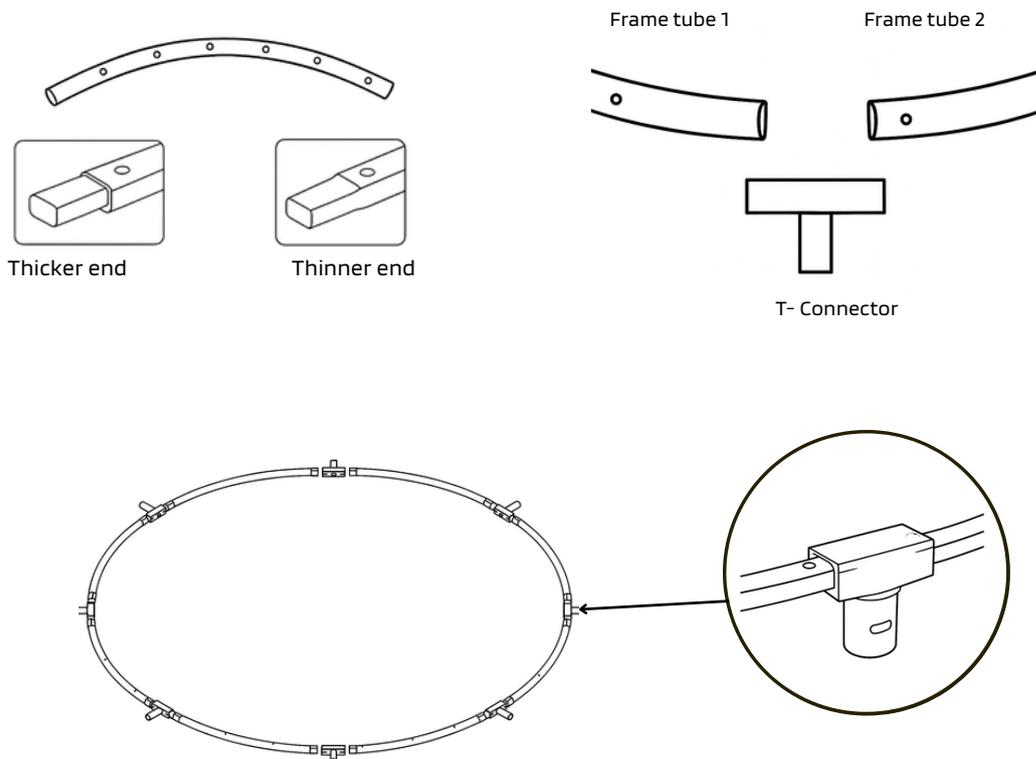
Take two frame tubes – each tube has one thicker end and one narrower end.

First, insert the tube with the thicker end into a T-joint. Then insert the second tube with the narrower end into the opposite side of the same T-joint. Make sure the openings of the frame tubes are facing upward.

Repeat this process until all frame tubes are connected and a closed circle is formed. Make sure all T-joints are facing upward.

To connect the final section, a second person is required. This person should hold the opposite side of the frame to make assembly easier.

Caution: The frame tubes may be slightly oiled from the factory.

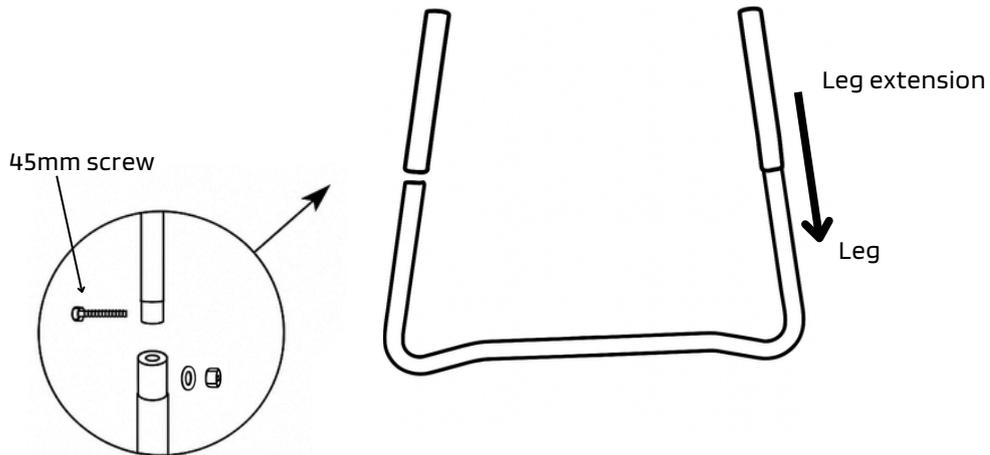


Step 2: LEGS AND LEG EXTENSIONS (LEG EXTENSIONS ONLY FOR SIZE 305/365)

Note: This assembly step is only relevant for trampolines in size 305 or 365. If you own a 244-size trampoline, you can skip this step.

Insert the leg extension into the leg. Secure both parts using the 45 mm screw, washer and nut.

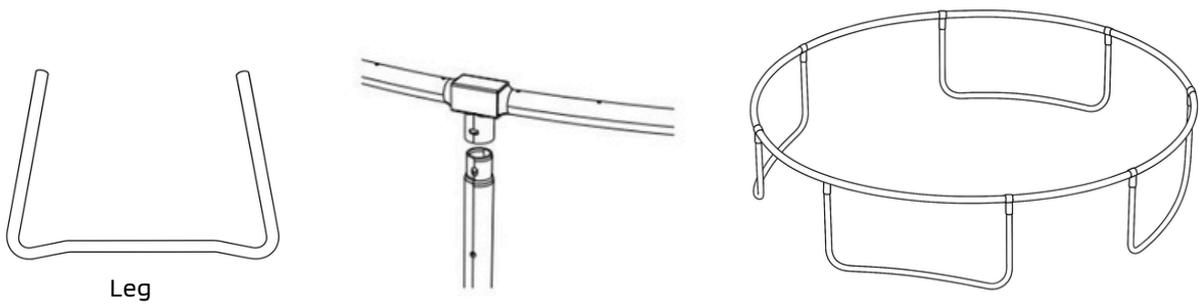
Repeat this step for all four legs.



This step is relevant for all trampoline sizes.

Insert the legs into the openings of the T-joints.

Repeat this step until your trampoline looks like the one shown.



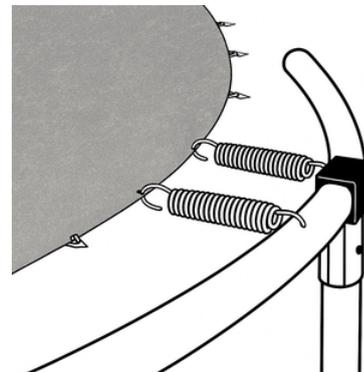
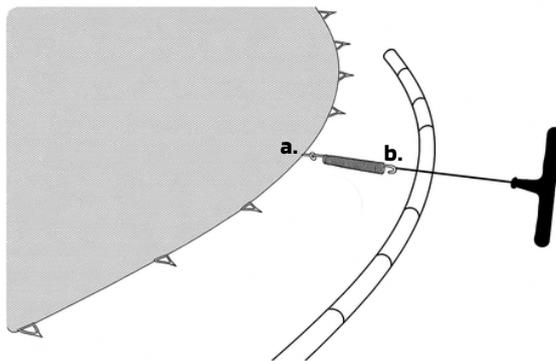
Step 3) JUMPING MAT

Place the jumping mat in the center of the frame with the logo facing up. First, attach the initial four springs to the frame at the 12 o'clock position, followed by the 3, 6, and 9 o'clock positions.



Insert side **a** of the spring into the eyelet of the jumping mat. Now take the spring hook and insert it into side **b** of the spring. Pull the spring hook toward the hole in the frame and let the hook of the spring drop into the hole until it is fully secured.

If the hook does not sit completely in the hole, gently tap it down to ensure it is properly seated.



Caution: The spring has two ends. The end with the slightly larger opening ("b") is hooked into the frame, while the other end ("a") is attached to the eyelet of the jumping mat.



TIP: Use the spring hook tool. Be especially careful with your hands when attaching the springs. Spring installation can cause scrapes or pinching injuries. For your safety, always wear protective gloves.

Now attach the remaining springs in the positions shown in the pictures.

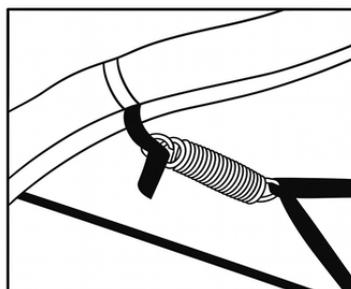
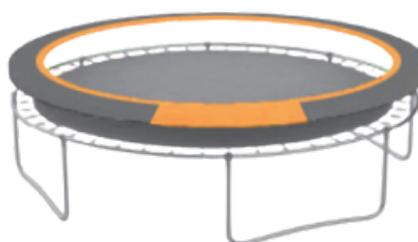
IMPORTANT: Make sure that all springs are installed before proceeding to the next step.
The tension of all springs is crucial for the overall structural safety.



Step 4) SPRING COVER

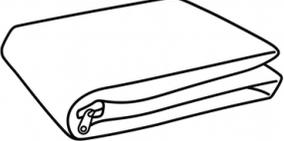
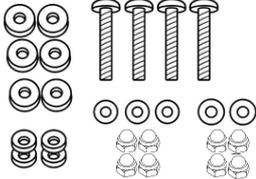
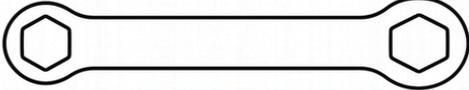
Place the spring cover on the frame so that it fully covers all springs. Then tie the straps located on the underside of the spring cover securely to the frame. Pull the outer edge of the pad over the frame until it is completely covered.

IMPORTANT: Make sure the spring cover is properly installed and securely fastened.
It must cover all springs and the frame. A correctly installed safety pad is essential to prevent injuries.



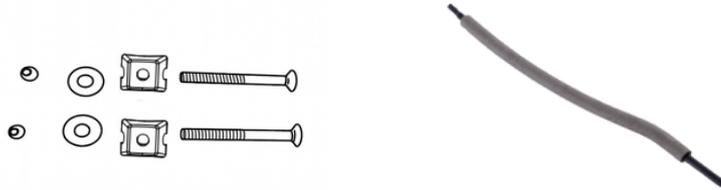
STÜCKLISTE- TEIL 2

	Trampoline size	Trampoline 244cm	Trampoline 305cm	Trampoline 365cm
A	Upper Pole/ cover	6	8	8
B	Bottom Pole / cover	6	8	8
C	Safety net	1	1	1
D	Rope	2	2	2
F	Tool	1	1	1
G	Fiber rod	6	8	10
H	Plastic cap	6	8	8
L	Screws (85mm)	12	16	16
M	Metal Pads	12	16	16
N	Plastic Pad	12	16	16
O	Nut	12	16	16
P	Pole sleeves	6	8	8

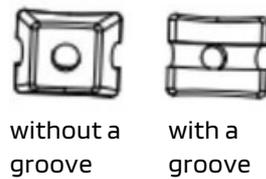
A: Upper Pole / Cover	B: Bottom Pole / Cover
	
C: Safety net	D: Rope
	
L-O: Screws, Nuts, Metal pads, plastic pads	F: tool
	
G: Fiber rod	H: Plastic cap
	
P: Poles sleeves	
	

Step 5) ATTACHING THE LOWER FRAME TUBE

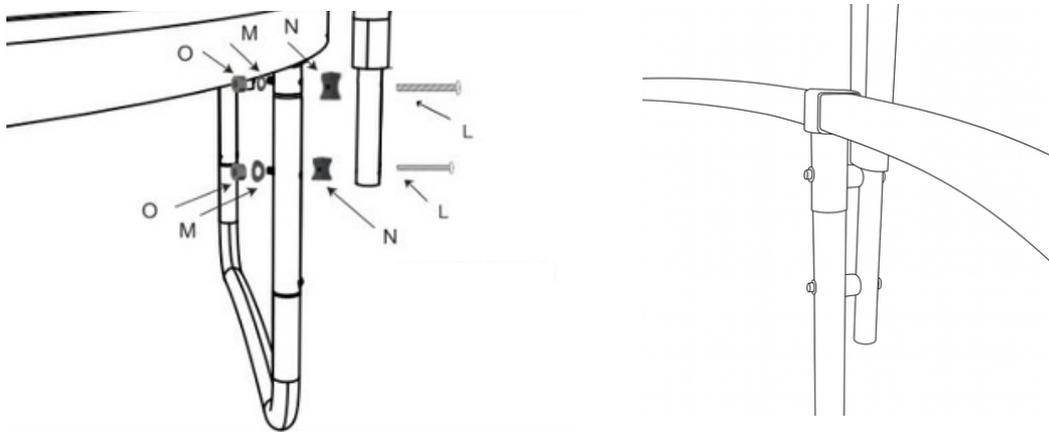
Connect the lower frame tube to the trampoline leg following the specified assembly sequence. Use the supplied parts: screw (L), washer (M), spacer (N), and nut (O). Use the provided tool for assembly.



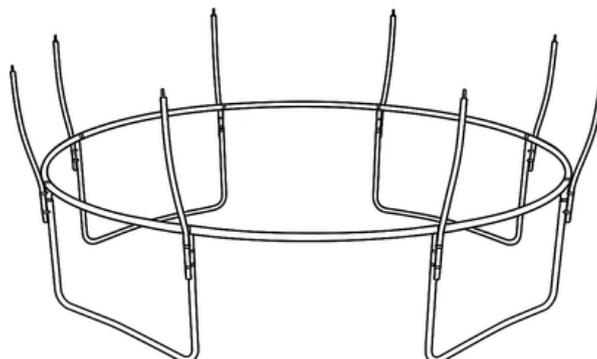
Please note that the plastic spacers (N) have two sides: one with grooves and one without. The side without grooves must face the outer frame tube.



Insert the 85 mm screw (L) through the lower frame tube first. Then place the spacer (N) onto the screw – important: the grooved side of the spacer must face the lower frame tube. Next, insert the screw through the trampoline leg. Secure the connection with a washer (M) and the corresponding nut (O). Make sure that the lower frame tube is mounted on the outside of the trampoline leg.

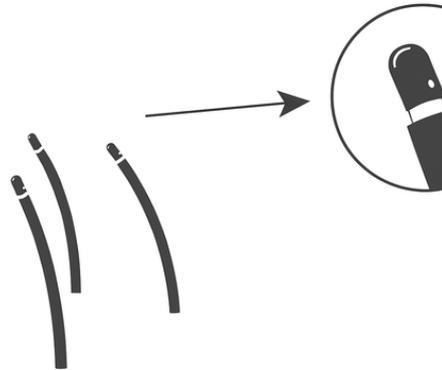


Your trampoline should now look like this:

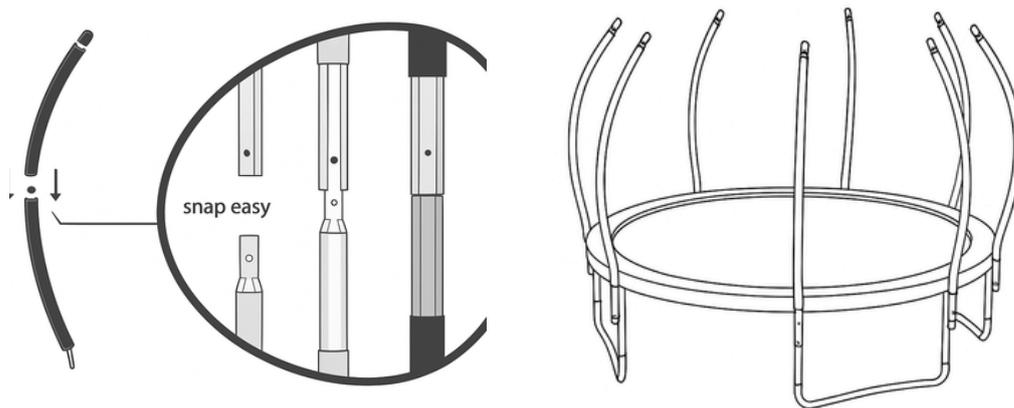


Step 6) UPPER FRAME TUBE

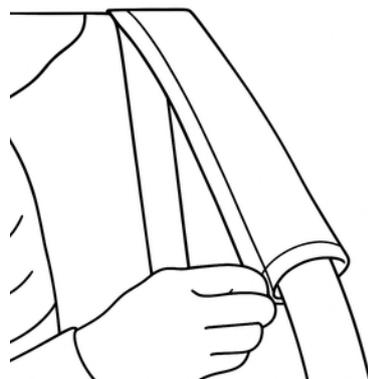
Attach the plastic caps to the ends of the upper outer frame tubes and press them firmly until they click into place. Make sure the opening of the plastic cap faces to outside.



Connect the upper frame tube to the lower frame tube using the quick clamp. Repeat this process for all outer frame tubes.



Now pull the protective cover (P) over the frame tube. Repeat this process for all outer frame tubes.



Step 7) FIBER ROD

Insert the first fiber rod (G) into the opening at the top edge of the safety net, starting with the black end. Now take a second fiber rod and insert it into the adjacent opening. Firmly connect the two rods by pushing their ends together.

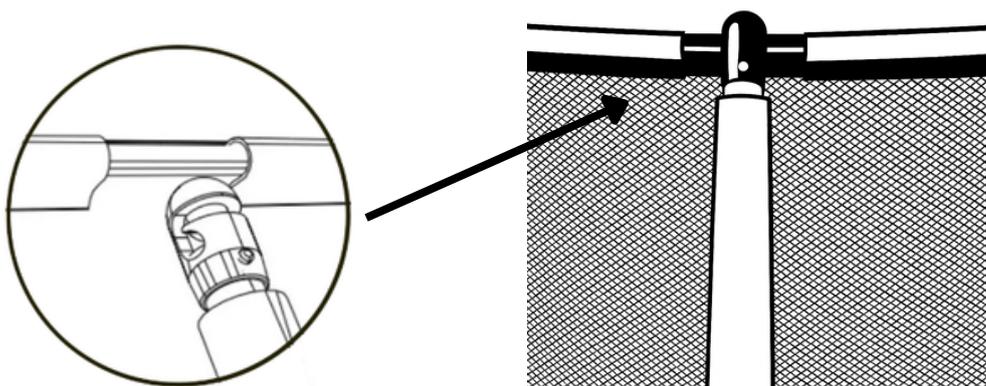
Repeat this process around the entire net until all telescopic rods are connected and form a closed ring.

Make sure the net runs evenly between the connection points and is not twisted.

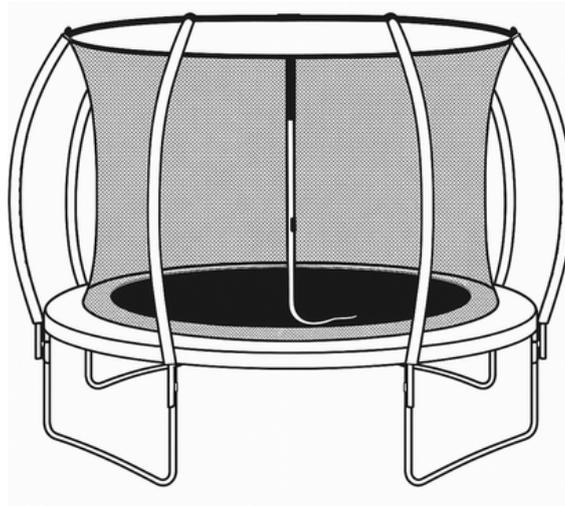


Attach the fiber rod to the frame by inserting it into the opening of the plastic cap and letting it click into place.

Repeat this step until all frame rods are connected to the net.



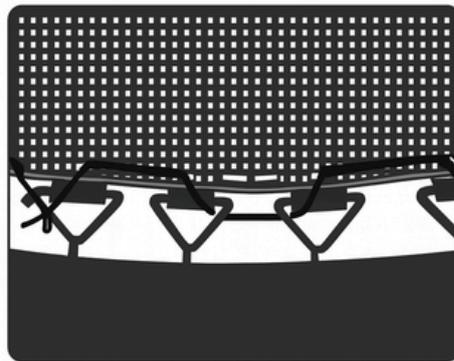
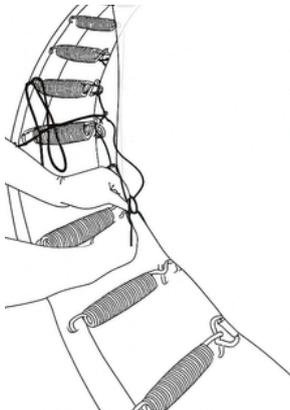
Your trampoline should now look like this.



Take the rope and securely tie it with a firm knot to the V-ring on the jumping mat that is closest to the net entrance.

Then thread the rope alternately through the opening at the bottom edge of the safety net and the next V-ring on the frame. Continue this process around the entire trampoline until you reach the end of the rope.

Finally, tie the rope securely to ensure it does not come loose.



Step 8) LADDER

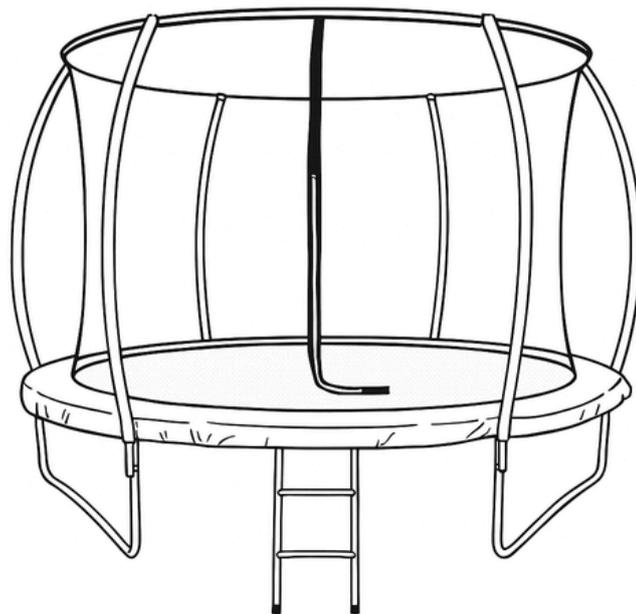
Insert the ladder tube through the opening of the ladder step.
From the inside, insert a 40 mm screw through the designated hole and secure it on the outside with a washer and nut. Tighten the screw using the supplied tool.

Repeat this process for all steps.

Finally, hook the ladder onto the frame of the trampoline at an angle – aligned with the opening of the safety net.



This is what your fully assembled trampoline should look like:



TESTING THE TRAMPOLINE

After assembling the trampoline, it is important that you perform the following safety checks.

Trampoline safety checks:

- Check with a screwdriver, to ensure that all screws are tightened.
- Check under the trampoline to make sure that all springs of the frame are hooked up to the jumping mat.
- Move the trampoline around and check the stability of the frame. The floor must be level.
- Using your two hands, put your body weight on one section of the trampoline and release to check that the floor is even.
- Make sure that the springs and the frame are completely covered by cover mats and the cover mat is secured with belts securely.

Safety net checks:

- Hold onto pole net jacked and check that all the enclosure poles are sturdy by shaking it.
- Check the net and jacket for any tearing in the stitching or material.
- Check the net zipper and entrance hooks function properly.
- Check suspended below that trampoline in the triangular-eyelets.
- Check whether all hooks are in the triangular-eyelets of the trampoline.
- Once all the checks are performed and the trampolines has passed all the initial test (above), then your trampoline have one person test the trampoline by jumping on the center continuously for 5 minutes. If the trampoline feels sturdy then your trampoline passes the test.

Have fun and jump carefully!

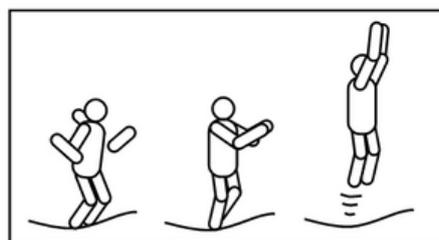
FUNDAMENTAL BOUNCE TECHNIQUES

Since the danger of injury is very high for inexperienced jumpers, it is important that they learn the basic jumping techniques.

Please note that this is only additional information and does not replace in-depth knowledge.

The base bounce

- Start from a standing position, feet shoulder width apart with head and eyes on the mat.
- Swing your arms forward and up and around in a circular motion.
- Bring feet together while in mid-air and point toes downward.
- Keeping your feet should width apart when landing on mat.



The braking maneuver

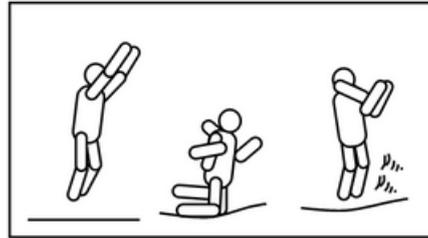
- Occasionally you may lose control of the jump and bounce wildly. Performing the braking maneuver will allow the user to regain control of the jump and their balance.
- Start with a basic bounce.
- As you land bend your knees sharply and this will allow you to stop your jump.

The hands and knees bounce

- Start with a low controlled basic bounce.
- Land on your hands and knees keeping your back straight.
- Emphasis should be directed at a good four-point landing. And not on jumping height.

Knee bounce

- Start with a low controlled basic bounce.
- Land on your knees keeping back straight. Body erects and uses your arms to maintain balance.
- Bounce back to the basic bounce position by swing your arm up.



Seat bounce

- Land in a flat sitting position.
- Place hands on mat beside your hips.
- Return to erect by pushing with your hands.

