



Guide d'assemblage, d'installation et d'utilisation

Trampoline de 14 pi (4,2 m) et filet

084-6692-6



Attention

Lisez et comprenez les instructions figurant dans ce guide avant l'assemblage. Avant de procéder à l'assemblage de cet article, assurez-vous d'avoir toutes les pièces en main. Comparez les pièces avec la liste du contenu de l'emballage. S'il manque une ou des pièces, ou si vous avez des questions, communiquez avec le service à la clientèle du fabricant au 1-866-567-4089.

Version 3

Cher client,

Merci d'avoir choisi le trampoline **JumpTek**. Nous espérons que vous en tirerez des heures d'exercice efficace pour vous sentir mieux et profiter pleinement de la vie. Il a été démontré qu'un programme d'exercice régulier peut améliorer la santé physique et mentale. Le trampoline **JumpTek** offre un moyen sécuritaire de retrouver la forme et d'atteindre un style de vie plus sain et plus épanoui. Bon exercice!

Table des matières

| | |
|---|---------|
| Consignes de sécurité | 2 - 3 |
| Liste des pièces et schéma | 4 - 5 |
| Assemblage | 6 - 13 |
| Information sur l'utilisation du trampoline | 13 |
| S'exercer sur le trampoline | 14 - 15 |
| Nettoyage et entretien | 16 |
| Fiche technique | 16 |
| Garantie limitée | 17 |

Consignes de sécurité



AVERTISSEMENT!



Une seule personne à la fois est permise sur le trampoline. Si plusieurs personnes utilisent le trampoline en même temps, le risque de perdre le contrôle, de s'accrocher et de tomber du trampoline augmente, pouvant entraîner des blessures à la tête, au cou, au dos, aux jambes et aux bras.



N'atterrissez pas sur la tête ou le cou. Il existe un risque de paralysie suivie du décès, même si vous retombez au centre de la surface de rebond. N'essayez en aucun cas des sauts périlleux pour éviter toute blessure à la tête ou au cou.

N'utilisez le trampoline que sous la supervision d'un adulte responsable.



POUR RÉDUIRE LE RISQUE DE BLESSURE GRAVE, LISEZ LES CONSIGNES DE SÉCURITÉ SUIVANTES AVANT D'ASSEMBLER ET D'UTILISER LE TRAMPOLINE.

Consignes de sécurité pour le trampoline

- L'usage inapproprié et abusif de ce trampoline est dangereux et peut entraîner des blessures graves ou mortelles. Le trampoline est un dispositif de rebond et en tant que tel, pousse l'utilisateur à atteindre des hauteurs et à prendre des postures auxquelles il n'est pas habitué.
- Ne tentez pas et ne permettez aucun saut périlleux. La réception sur la tête ou le cou peut entraîner des blessures graves, la paralysie ou la mort, même si vous vous réceptionnez au centre du tapis.
- N'admettez pas plus d'une personne sur le trampoline. L'utilisation par plus d'une personne en même temps peut entraîner des blessures graves.
- Utilisez le trampoline seulement sous la supervision d'un adulte avisé.
- Les trampolines de plus de 51 cm (20 po) de hauteur ne sont pas recommandés aux enfants de moins de 6 ans.
- Éloignez les enfants et les animaux domestiques du trampoline à tout moment, notamment lors de l'utilisation et de l'assemblage du trampoline.
- Inspectez le trampoline avant chaque utilisation. Assurez-vous que le coussin du cadre est correctement en place. Remplacez toute pièce usée, défectueuse ou manquante.
- Grimpez sur le trampoline et descendez-en de la même manière. Il est dangereux de sauter du trampoline à terre pour en descendre, ou de sauter sur le trampoline pour y monter. Ne vous servez pas du trampoline comme d'un tremplin pour atterrir sur d'autres objets.
- Amortissez le rebond en pliant les genoux au moment où les pieds entrent en contact avec le tapis du trampoline. Apprenez à maîtriser ce mouvement avant d'en essayer d'autres.
- Apprenez les sauts et les positions de base avant de tenter des mouvements plus avancés. Vous pouvez exécuter une gamme variée de manœuvres sur le trampoline en exécutant plusieurs enchaînements et combinaisons de sauts de base, vous pouvez enchaîner les sauts de base les uns après les autres, avec ou sans rebonds intermédiaires sur les pieds.
- Évitez de sauter trop haut. Demeurez assez bas jusqu'à ce que vous puissiez maîtriser les bonds et la réception au milieu du tapis. La maîtrise du mouvement est plus importante que la hauteur des sauts.

Consignes de sécurité

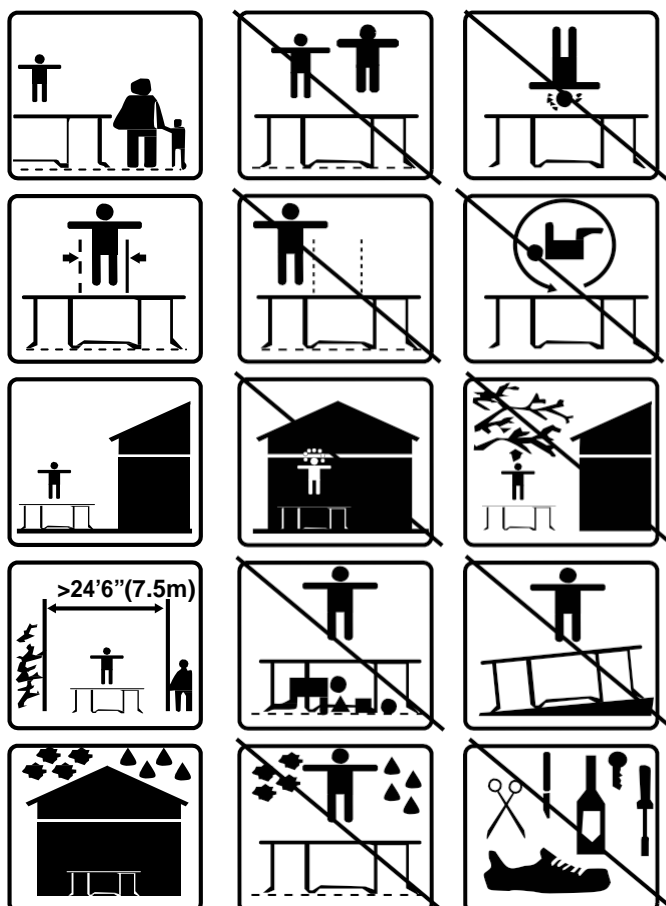
- Gardez la tête bien droite et concentrez votre regard sur le périmètre du trampoline. Cela vous aidera à conserver la maîtrise de vos rebonds.
- Évitez de faire des sauts lorsque vous vous sentez fatigué. Exercez-vous pendant de courtes périodes.
- Protégez bien le trampoline lorsque vous ne l'utilisez pas. Interdisez l'accès non autorisé. Si vous utilisez un échelle de trampoline, veillez à ce que le superviseur l'enlève lorsqu'il quitte les lieux pour empêcher tout accès non autorisé par des enfants de 6 ans ou moins.
- Tenez à distance tout objet qui pourrait gêner la personne sautant sur le trampoline. Dégagez la zone autour du trampoline.
- N'utilisez pas le trampoline si vous êtes sous l'influence de l'alcool ou de drogues.
- Pour obtenir des renseignements supplémentaires sur le trampoline, communiquez avec le fabricant.
- Pour plus d'information concernant l'apprentissage des mouvements, communiquez avec un instructeur de trampoline certifié.
- Ne sautez sur le trampoline que si la surface du tapis est sèche et si le vent ou les courants d'air sont calmes et doux. Le trampoline ne doit pas être utilisé en cas de vent fort ou soufflant par rafales.
- Lisez toutes les instructions avant d'utiliser le trampoline. Des mises en garde et des instructions pour le soin, l'entretien et l'utilisation de ce trampoline figurent dans ce guide pour encourager l'emploi sûr et agréable de cet équipement.
- Ce trampoline est réservé à l'usage domestique seulement. Ne l'utilisez pas à des fins institutionnelles ou commerciales. Le non respect de cette consigne peut entraîner des blessures légères ou modérées.
- La limite de poids du trampoline est de 250 lbs (113.6 kg).

Consignes de sécurité pour le filet

- Ne rebondissez pas contre le filet du trampoline.
- Ce filet doit être utilisé avec un trampoline de la dimension à laquelle le filet a été conçu.
- Assurez-vous qu'aucun feu n'est allumé près du filet. En cas de grand vent, il est possible que des étincelles et des cendres transportées sur de longues distances, brûlent le filet y laissant des trous.
- Un vent fort peut incliner un trampoline de grande dimension équipé d'un filet de sécurité et causer des blessures corporelles ou des dégâts matériels. Nous recommandons de retirer l'enclos et de démonter le trampoline en cas de grand vent.



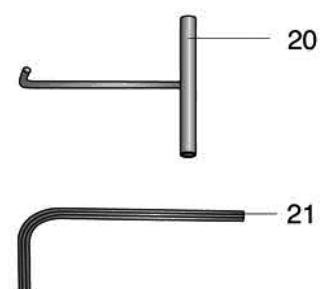
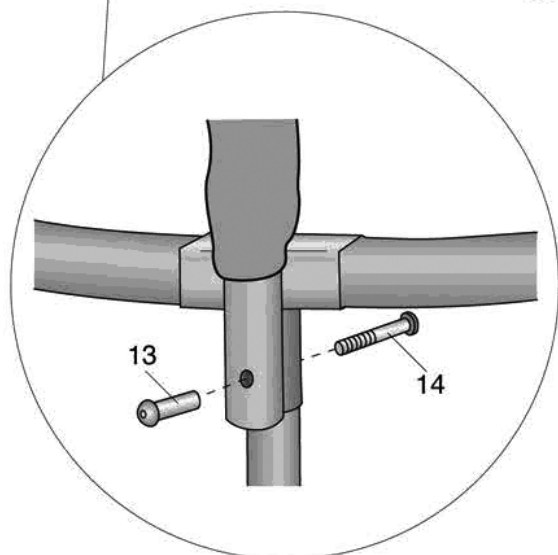
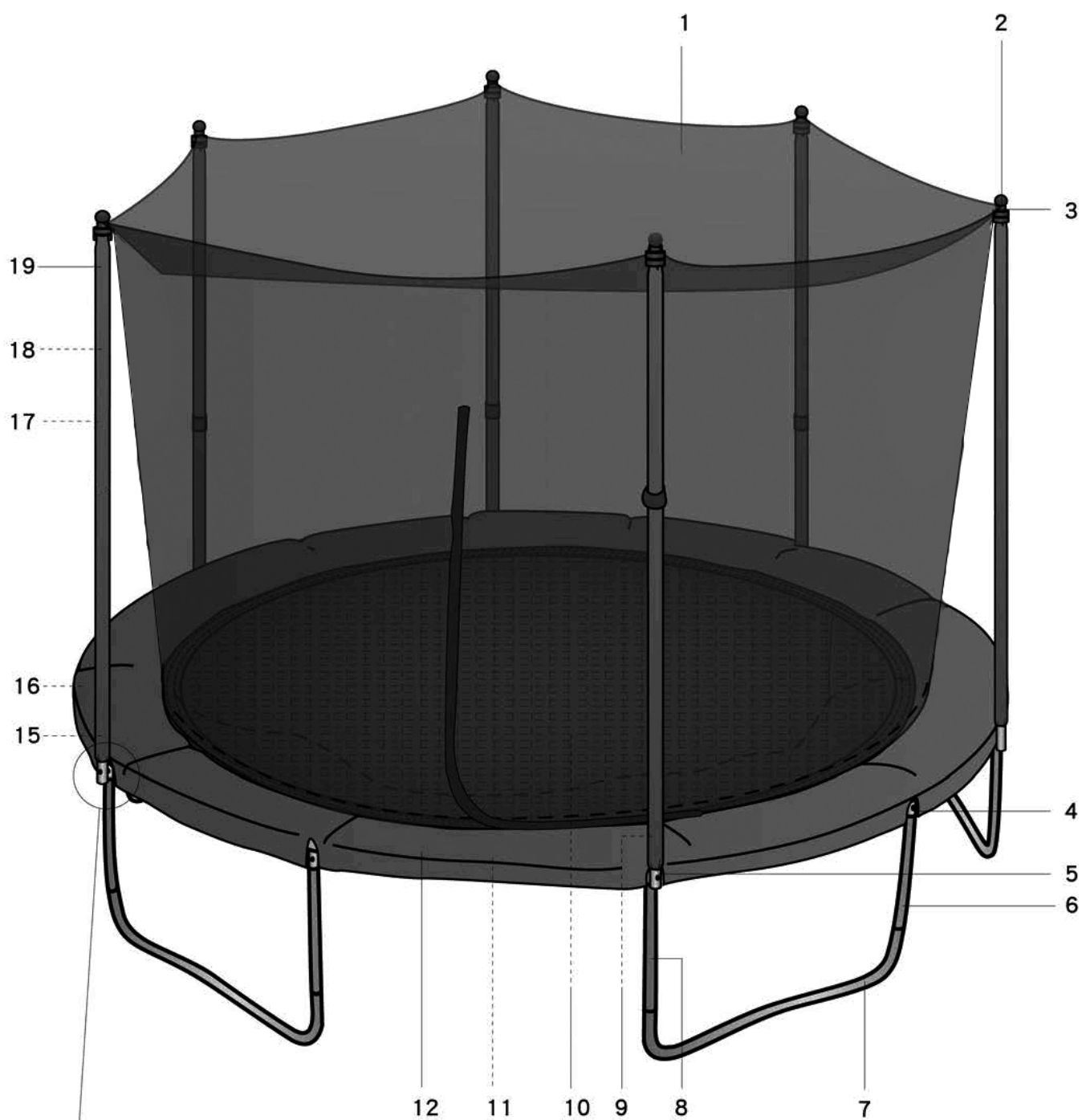
AVERTISSEMENT : Avant de commencer tout exercice ou programme de conditionnement physique, consultez un médecin pour savoir si vous devez passer un examen physique complet. Ceci est d'autant plus important que vous êtes âgé de plus de 35 ans, n'avez jamais fait d'exercice auparavant, êtes enceinte ou souffrez d'une maladie.



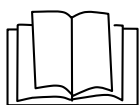
LISTE DES PIÈCES

| N° | Description | Qté | N° | Description | Qté |
|----|--|-----|----|---|-----|
| 1 | Enclos | x1 | 11 | Ressort | x84 |
| | | | 12 | Coussin de cadre | x2 |
| | | | | | |
| 2 | Capuchon | x6 | 13 | Écrou | x6 |
| 3 | Vis de capuchon | x6 | 14 | Boulon hexagonal | x6 |
| 4 | Joint en T | x6 | 15 | Mousse pour poteau inférieur (préinstallée) | x6 |
| 5 | Joint en T avec douille soudée | x6 | 16 | Tube supérieur | x12 |
| 6 | Pied vertical | x6 | 17 | Poteau de soutien supérieur | x6 |
| 7 | Pied en W | x6 | 18 | Mousse pour poteau supérieur (préinstallée) | x6 |
| 8 | Pied vertical (avec goupille de blocage) | x6 | 19 | Manchon en mousse | x6 |
| 9 | Poteau de soutien inférieur | x6 | 20 | Outil à ressort | x1 |
| 10 | Tapis de trampoline (avec des anneaux en V cousus) | x1 | 21 | Clé à 6 pans | x2 |
| | | | | | |

SCHÉMA



ASSEMBLAGE



Placez toutes les pièces contenues dans le carton d'emballage dans un endroit dégagé et disposez-les devant vous sur le sol. Enlevez tous les matériaux d'emballage et replacez-les dans le carton. Ne jetez pas les matériaux d'emballage avant d'avoir terminé l'assemblage. Lisez chaque étape avec attention avant de commencer l'assemblage et faites en sorte de bien comprendre chacune des étapes. Si quelque pièce manque, veuillez appeler notre numéro sans frais pour obtenir de l'aide au 1-866-567-4089.

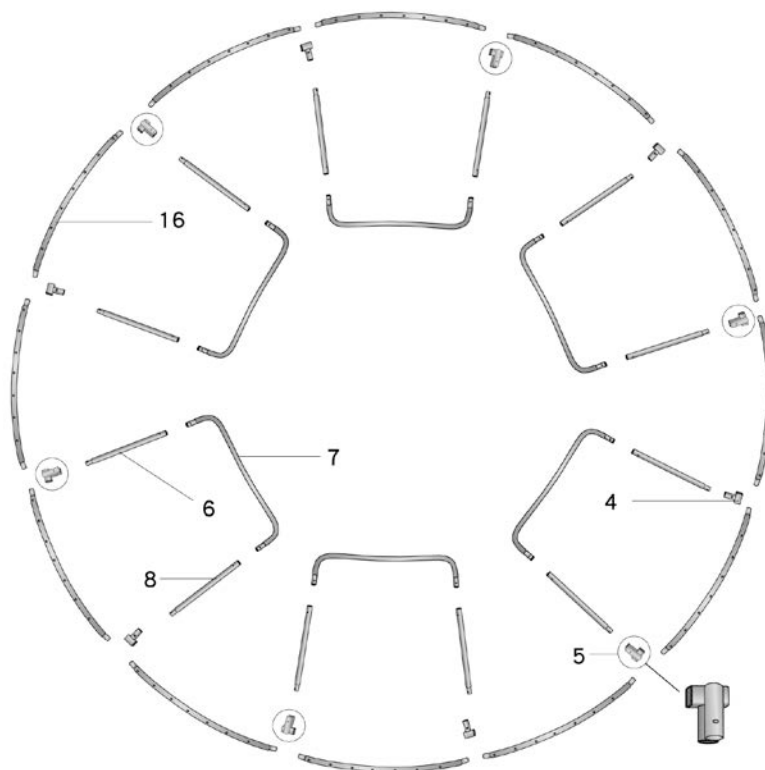


AVERTISSEMENTS :

- Deux personnes vigoureuses ou plus sont nécessaires pour assembler ce trampoline. À défaut, il y a de fortes chances que les ressorts se rétractent et heurtent quelqu'un, ce qui pourrait entraîner des blessures sérieuses ou la mort.
 - Gardez les enfants et les animaux domestiques hors de portée du trampoline lors de l'assemblage.
 - Ne mettez pas les doigts à des endroits où ils pourraient se coincer ou se pincer.
 - Le coussin de cadre doit être installé avant d'utiliser le trampoline.
 - N'essayez pas d'assembler le trampoline si des pièces manquent.
- Il est indispensable de prévoir suffisamment d'espace en hauteur au-dessus du trampoline. Un minimum de 8 mètres (24 pieds) au-dessus du niveau du sol est recommandé. Veillez à ce que les câbles électriques, les branches d'arbres et autres obstacles potentiels soient hors de portée.
 - Il est également essentiel de prévoir suffisamment d'espace latéral. Placez le trampoline et son enclos loin des murs, des structures, des clôtures et autres aires de jeux. Gardez toujours suffisamment d'espace tout autour du trampoline.
 - Placez le trampoline sur une surface plane avant usage.
 - Placez le trampoline dans un endroit bien éclairé. Un éclairage artificiel peut être nécessaire à l'intérieur ou dans des zones ombragées.
 - Protégez le trampoline contre toute utilisation non autorisée ou sans supervision.
 - Retirez toute obstruction dessous le trampoline.
 - Il incombe aux propriétaires ou aux superviseurs de faire en sorte que tous les utilisateurs du trampoline sont bien informés sur les pratiques indiquées dans ce guide.

Étape 1 : Préparation

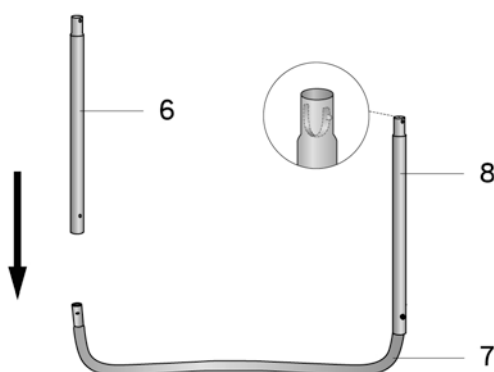
- Placez les tubes supérieurs (16), les joints en T (4), les joints en T avec douille soudée (5), les pieds verticaux (6 et 8) et les pieds en W (7) sur une surface plane, tel qu'indiqué sur l'illustration ci-dessous. Ceci vous donne un aperçu sur la manière dont les pièces doivent être assemblées.
- Les deux types de joints en T (4 et 5) doivent être placés en alternance (4 - 5 - 4 - 5) avant de raccorder les tubes supérieurs.



ASSEMBLAGE

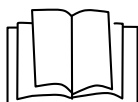
Étape 2 : Assemblage des pieds verticaux

- Raccordez les pieds verticaux (6 et 8) aux pieds en W (7).
Assurez-vous que les goupilles de blocage à ressort sont alignées avec les trous et que celles-ci se verrouillent en position.

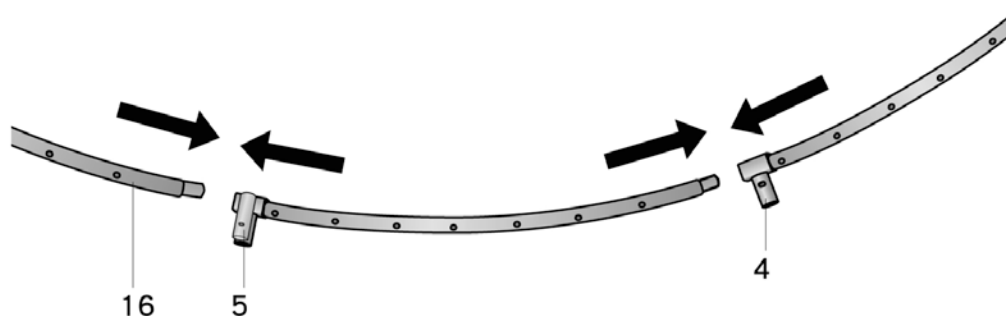


Étape 3 : Assemblage du cadre supérieur

- Raccordez le tube supérieur (16) aux joints en T (4 et 5). Assurez-vous que le côté avec la douille soudée des joints en T (5) fait face au côté opposé du centre du tapis. Prenez soin de toujours insérer d'abord l'extrémité plus large du supérieur (16) dans le joint en T (4). Répétez cette étape avec les onze autres tubes, pour un total de douze sections de tubes supérieurs.
- Raccordez les douze sections ensemble en un grand cercle.

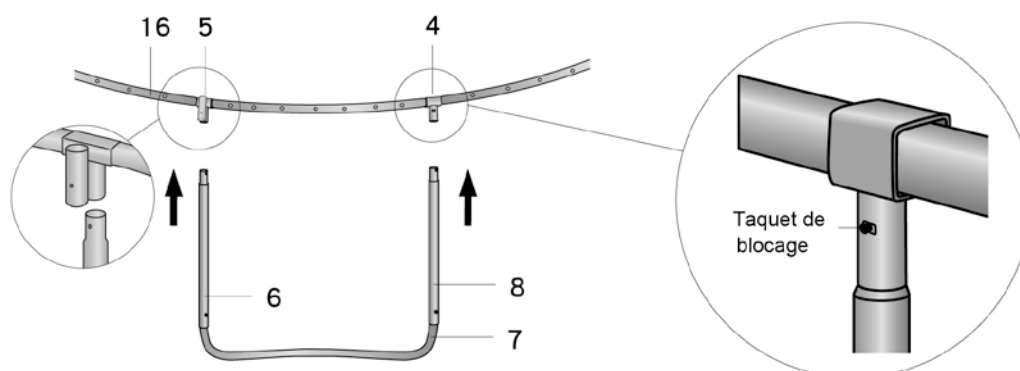


Remarque: Lorsque vous raccordez les tubes supérieurs (16) aux joints en T (4 ou 5), assurez-vous que l'orifice d'ouverture situé sur chaque joint en T est dirigé vers l'intérieur du cadre supérieur.



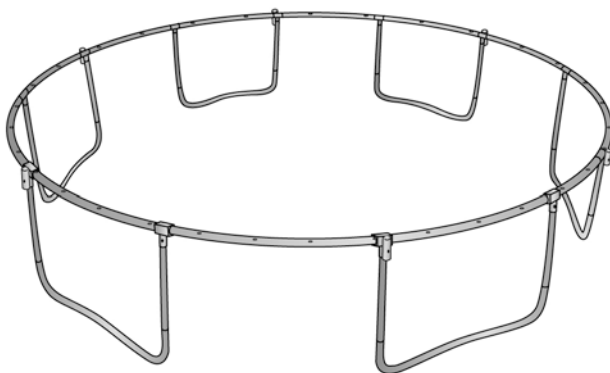
Étape 4 : Assemblage des pieds aux tubes supérieurs

- Raccordez les pieds assemblés au cadre supérieur assemblé.
- Glissez les joints en T (5) dans les pieds verticaux (6); n'insérez pas le boulon et l'écrou à cette étape. Le boulon et l'écrou seront utilisés dans une étape ultérieure lorsque le poteau de soutien sera installé.
- Assurez-vous que les taquets de blocage sur les pieds verticaux (8) s'encastrent dans l'orifice situé sur le joint en T (4).



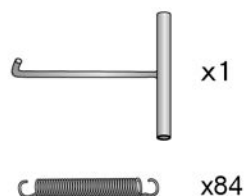
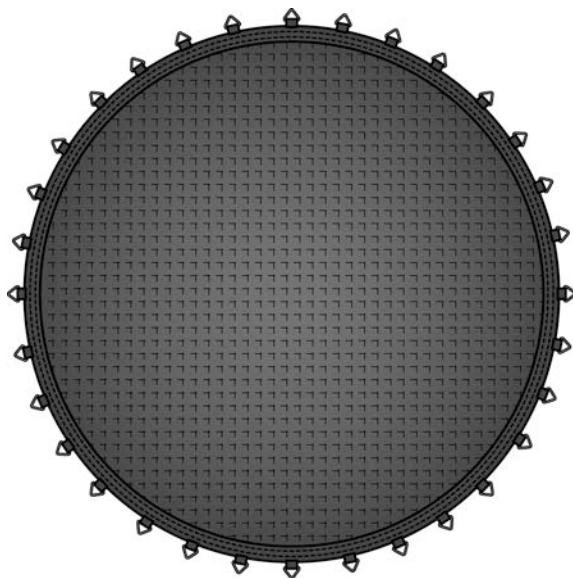
ASSEMBLAGE

- Une fois l'assemblage terminé, le cadre devrait ressembler à l'illustration ci-dessous.



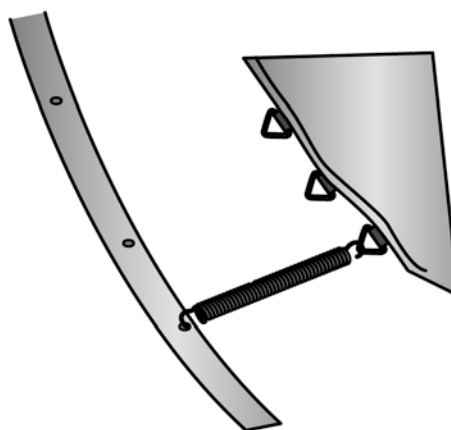
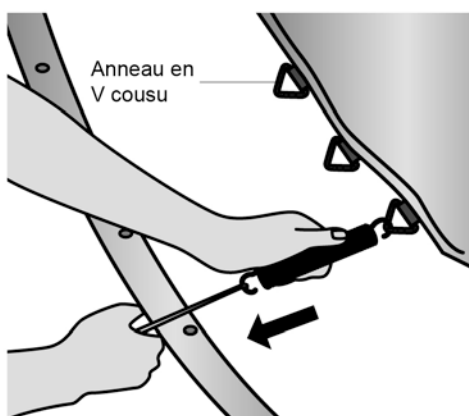
Étape 5 : Préparation du tapis du trampoline

- Dépliez le tapis du trampoline (10).
- Préparez les ressorts (11) et l'outil à ressort (20) pour l'assemblage.



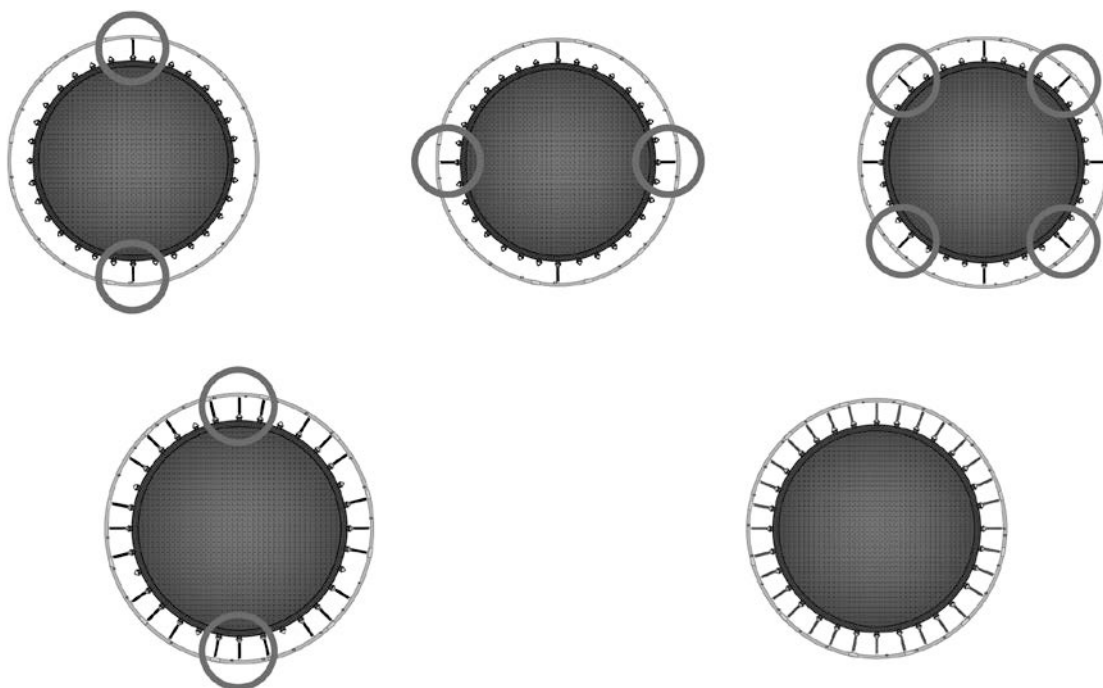
Étape 6 : Fixation du tapis du trampoline au cadre supérieur

- Posez le tapis du trampoline (10) sur le cadre supérieur en utilisant les ressorts fournis (11).
- Utilisez l'outil à ressort (20) pour détendre et insérer le ressort (11) dans les orifices sur les tubes supérieurs (16).

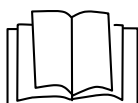


ASSEMBLAGE

- Lorsque vous placez les ressorts (11), procédez toujours en raccordant le ressort opposé pour obtenir une distribution égale de la tension du tapis (10).

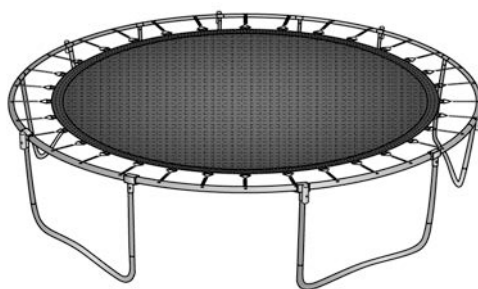


Remarques :



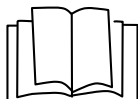
- La distribution uniforme de la tension du tapis est cruciale pour réaliser un assemblage correct du tapis de trampoline.
- Si vous devez forcer pour insérer les ressorts (11), il est fort probable qu'ils n'aient pas été placés dans le bon ordre et de la bonne manière.
- Prenez particulièrement soin à toujours insérer les ressorts (11) à un angle approximatif de 90° par rapport aux orifices sur le cadre supérieur.

- Une fois l'assemblage terminé, le cadre et l'enclos du trampoline devrait ressembler à l'illustration ci-dessous.

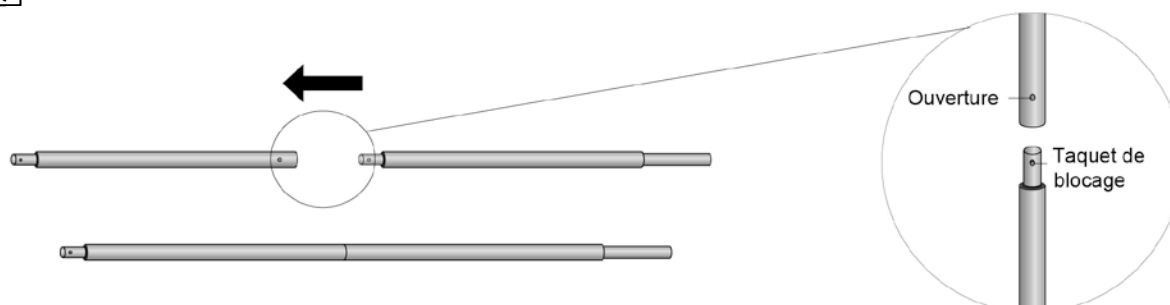


Étape 7 : Assemblage des poteaux de soutien

- Raccordez les six poteaux de soutien supérieurs (17) aux 6 poteaux de soutien inférieurs (9). Assurez-vous que les taquets de blocage s'encastrent dans les orifices d'ouverture situés sur les poteaux de soutien supérieurs (17).



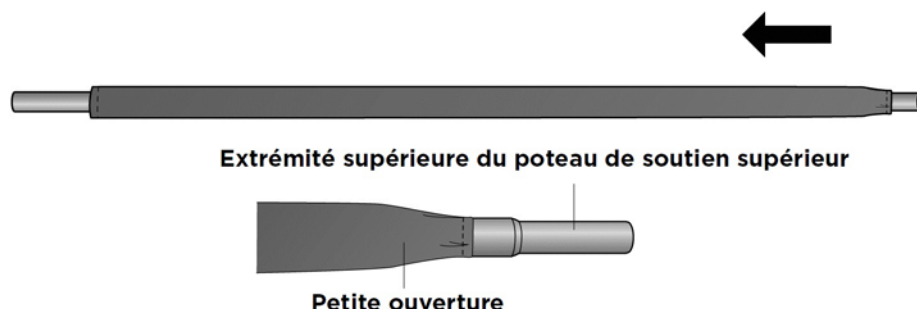
Remarque : Tous les poteaux de soutien sont livrés gainés de mousse installée en usine (15,18).



ASSEMBLAGE

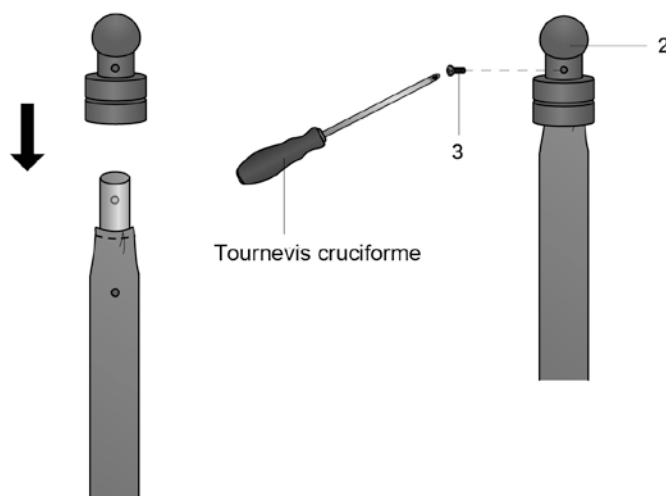
Étape 8 : Insérer le manchon en mousse

- Insérez les poteaux de soutien inférieur et supérieur (9, 17) dans la grande ouverture du manchon en mousse (19).
- Faites glisser les poteaux assemblés jusqu'à ce que l'extrémité supérieure du poteau (17) ressorte à l'extrémité opposée.
- Assurez-vous que le manchon (19) recouvre entièrement la gaine de mousse préinstallée sur les poteaux de soutien.



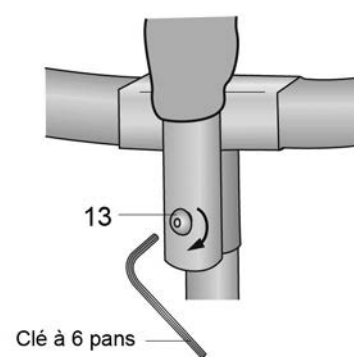
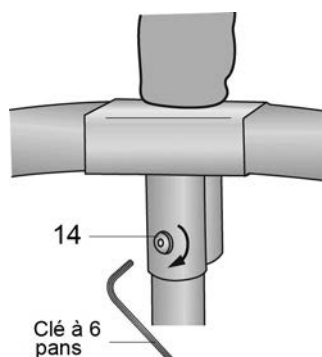
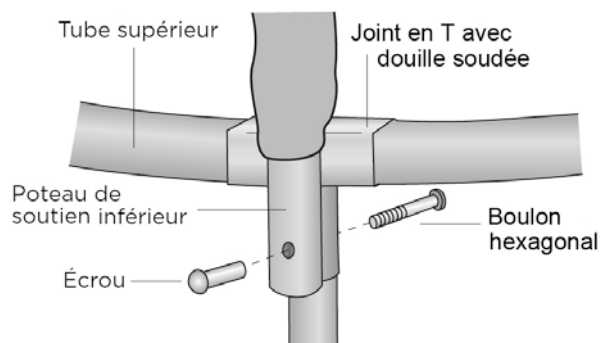
Étape 9 : Attacher le capuchon

- Placez le capuchon (2) à l'extrémité supérieure de chaque poteau de soutien supérieur (17). Assurez-vous que le trou de vis sur le capuchon (2) s'aligne bien avec le trou de vis sur l'extrémité supérieure du poteau.
- Serrez le capuchon (2) en utilisant la vis de capuchon (3).



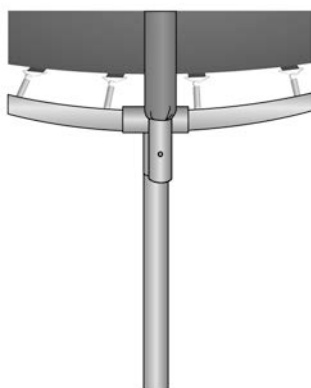
Étape 10 : Fixer les poteaux de soutien aux pieds du trampoline

- Raccordez les poteaux de soutien inférieurs (9) au trampoline en les insérant dans les douilles soudées.
- Fixez chacun des poteaux de soutien inférieurs (9) avec un boulon hexagonal (14) et un écrou (13) à l'aide de la clé à 6 pans (21).

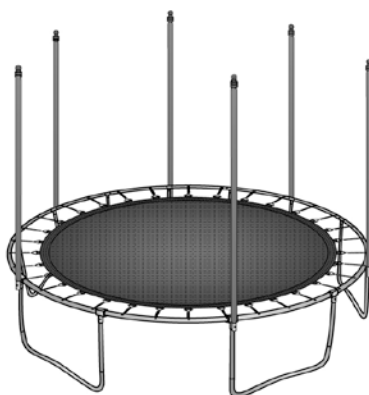


ASSEMBLAGE

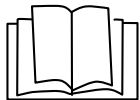
- Répétez les étapes ci-dessus pour les six poteaux de soutien sur les six pieds verticaux du trampoline.



- Une fois l'assemblage terminé, les tubes de soutien devraient ressembler à l'illustration ci-dessous.

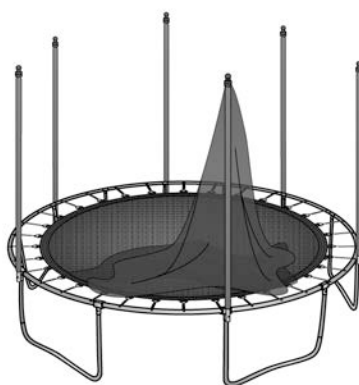
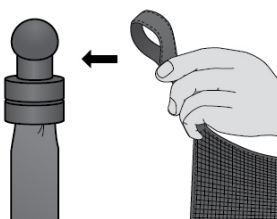


Étape 11 : Assemblage de l'enclos

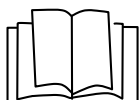


Remarque : Le bord avec des boucles cousues est la partie supérieure du filet.

- Repérez un endroit où l'entrée du trampoline se trouvera et suspendez la boucle la plus près de l'ouverture sur le capuchon (2).
- Accrochez le reste des boucles cousues sur les cinq autres capuchons (2).



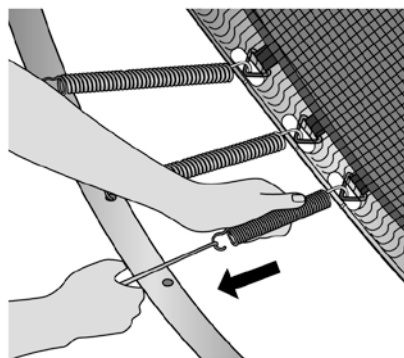
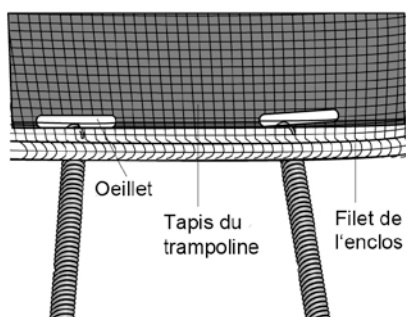
- Attachez la partie inférieure de l'enclos (1) au tapis du trampoline en utilisant les ressorts existants.
- Alignez les œillets de l'enclos (1) avec les bagues en V de la toile et détachez l'un des ressorts à l'aide de l'outil à ressort.



Remarque : Il est très important de choisir l'œillet le plus proche de sa bague en V correspondante. Un mauvais alignement, même très léger, peut causer des problèmes pour le reste de l'assemblage.

ASSEMBLAGE

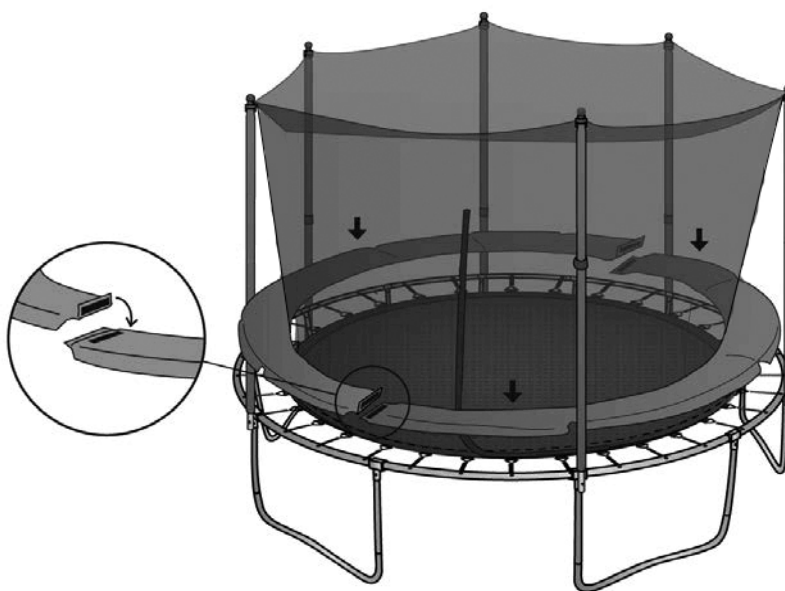
- Insérez le ressort dans l'œillet de l'enclos et la bague en V de la toile du trampoline puis attachez de nouveau le ressort au cadre du trampoline. Répétez les mêmes étapes pour chaque ressort, en travaillant dans le sens des aiguilles d'une montre.



- Attachez les six sangles autoagrippantes autour des six poteaux de soutien et assurez-vous qu'elles sont bien serrées.

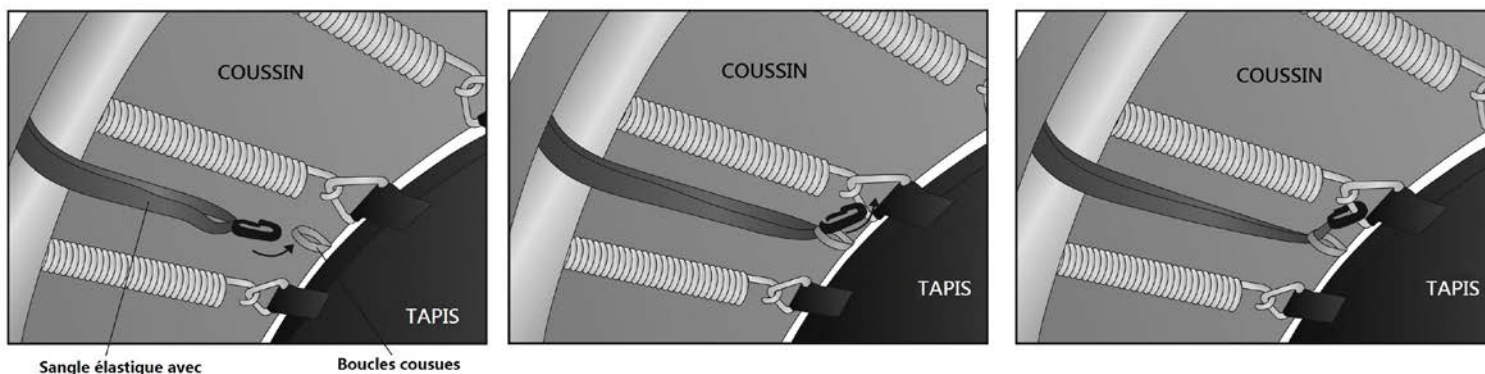
Étape 12 : Fixation du coussin de cadre

- Placez les deux coussins de cadre (12) sur le trampoline et attachez-les en utilisant les lanières autoagrippantes cousues à l'extrémité de chaque coussin.



ASSEMBLAGE

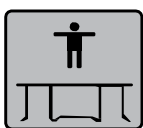
- Étirez et ajustez la partie qui dépasse sur les côtés du cadre du trampoline.
- Faites passer la sangle élastique avec pince à l'extérieur du cadre et sous le coussin. Passez la sangle élastique dans la boucle cousue et fixez-la à l'anneau en V le plus près.



- Le trampoline est maintenant assemblé.

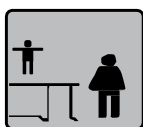


INFORMATION SUR L'UTILISATION DU TRAMPOLINE



Mise en garde aux utilisateurs :

- N'utilisez pas le trampoline si vous êtes fatigué, ou si vous êtes sous l'influence de l'alcool ou de drogues.
- Ne sautez pas trop haut. Ne sautez pas trop longtemps pour éviter la fatigue. Maîtrisez vos sauts. L'utilisation du trampoline doit être supervisée. Ne sautez pas sans surveillance.
- Ne portez pas de vêtements avec des crochets ou des parties qui pourraient se prendre dans le tapis de saut.
- Grimpez sur le trampoline. Ne sautez pas hors du trampoline. Ne vous servez pas du trampoline comme d'un tremplin pour atterrir sur d'autres objets.



Mise en garde aux superviseurs :

- Il incombe aux propriétaires ou aux superviseurs de faire en sorte que tous les utilisateurs du trampoline sont bien informés sur les mises en garde et les consignes de sécurité, et de les faire respecter.
- Tous les utilisateurs du trampoline ont besoin de supervision, quel que soit l'âge ou l'habileté.
- Retirez tous les objets qui pourraient gêner la personne qui saute sur le trampoline et dégagez les alentours. Soyez vigilant sur ce qui se trouve au-dessus, en dessous et autour du trampoline.
- Lorsqu'il n'est pas en service, protégez le trampoline pour empêcher qu'on l'utilise sans surveillance.

S'EXERCER SUR LE TRAMPOLINE

Sauts de base sur le trampoline

Le rebond

La chose la plus importante à propos du rebond est qu'il faut le faire avec maîtrise en restant au centre du tapis. Le rebond de base doit toujours être bas. On ne devrait jamais permettre les sauts très hauts exécutés de manière imprudente.

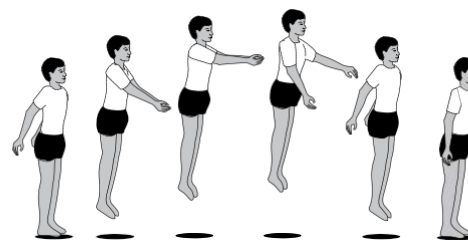
Le rebond amorti

Cette technique permet au sauteur de reprendre le contrôle de ses mouvements en s'arrêtant rapidement. On y arrive en gardant les pieds au contact de la toile et en absorbant les rebonds du trampoline avec les genoux et la taille. Ce mouvement doit être appris avant tout autre; recourez-y chaque fois que vous sentez que vous perdez l'équilibre ou que vous atterrissez loin du centre du tapis.

- Tenez-vous au centre du tapis, les pieds écartés de la largeur des hanches.
- Exécutez environ trois rebonds faciles. Restez bas et gardez la maîtrise de vos mouvements.
- Concentrez votre regard sur le périmètre du trampoline pendant que vous rebondissez, afin de garder l'équilibre.
- Amortissez le rebond en pliant les genoux et les hanches tout en gardant les pieds en contact avec la toile.

Mouvements des bras

Les bras jouent un rôle important pour vous permettre de garder la maîtrise de vos mouvements et de vos sauts. Chaque fois que vous montez, vous devez soulever les bras jusqu'à une position fixe, à hauteur et largeur d'épaule environ. Gardez les bras dans cette position d'équilibre jusqu'à ce que vous commenciez à retomber. Descendez alors les bras en arc de cercle, jusqu'à ce qu'ils soient légèrement derrière les hanches, pour vous préparer à les soulever de nouveau au prochain saut.



Variantes des sauts

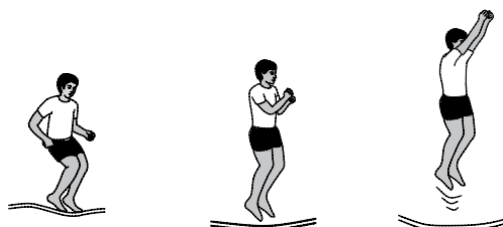
L'illustration à droite montre trois variantes: le saut groupé, le saut carpié et le saut carpié écarté. Ces manœuvres doivent être exécutées au sommet du saut, avant de reprendre une position normale d'atterrissage sur les pieds. Exercez-vous à exécuter ces variantes simples et concentrez-vous pour les exécuter à la perfection. Prenez bien soin de pointer les pieds et de tenir les doigts droits. Ces simples variantes du saut de base jouent un rôle important, car elles vous permettent d'acquérir de l'expérience et de la coordination.



Exercices

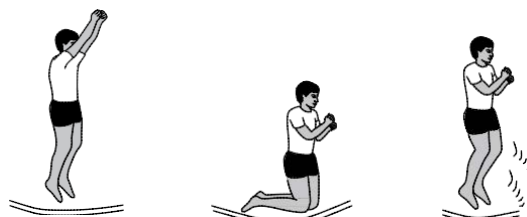
1. Saut de base

- Tenez-vous droit sur le trampoline.
- Balancez les bras dans un mouvement circulaire et sautez en même temps.
- Gardez les pieds joints en sautant et les orteils en pointe.
- Concentrez votre regard sur le périmètre du trampoline pendant que vous rebondissez, afin de garder l'équilibre.
- Gardez les pieds écartés de la largeur des épaules lors de la réception sur la toile.
- Lorsque vous voulez arrêter le saut, pliez les genoux et les hanches au moment où les pieds entrent en contact avec le tapis du trampoline.



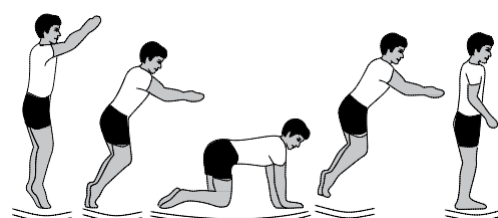
2. Saut avec réception sur les genoux

- Commencez par le saut de base, sans rebondir haut.
- Réceptionnez-vous sur les genoux, en gardant le dos droit.
- Gardez votre équilibre en vous aidant de vos bras.
- Balancez les bras plusieurs fois pour reprendre la position debout.



3. Saut sur les mains et les genoux

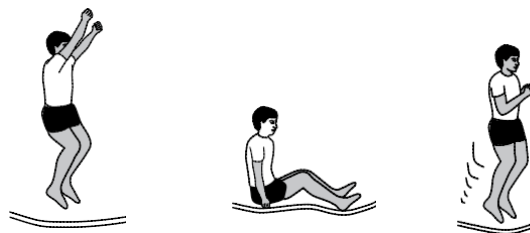
- Commencez par le saut de base, sans rebondir haut.
- Atterrissez sur vos mains et vos genoux. Veillez à répartir le poids sur vos mains et vos genoux. Ne vous reposez pas sur les talons.
- Gardez cette position et essayez de rebondir. Ne vous balancez pas d'avant en arrière; exercez-vous à atterrir uniformément sur vos quatre points d'appui.
- Concentrez votre regard légèrement devant les mains quand vous atterrissez. Poussez pour rebondir et pour revenir sur vos pieds.



S'EXERCER SUR LE TRAMPOLINE

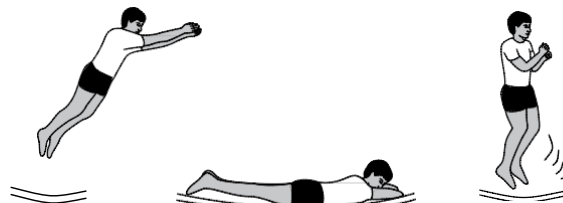
4. Saut en position assise

- Commencez par le saut de base, sans rebondir haut.
- Atterrissez sur votre postérieur, tout en maintenant votre dos droit.
- Gardez les mains près des hanches, ne bloquez pas vos coudes.
- Poussez-vous des mains pour revenir en position verticale.



5. Saut avec réception sur le ventre

- Faites d'abord un saut de base.
- Après la réception, poussez-vous avec les pieds en avant et maintenez les bras devant vous.
- Laissez-vous tomber et atterrissez comme indiqué sur l'illustration avec les bras croisés sous la tête.
- Utilisez vos bras et l'élan pour vous remettre debout, en position verticale.
- **Remarque** : Ne tentez ce saut uniquement si l'espace sur le trampoline est suffisant.



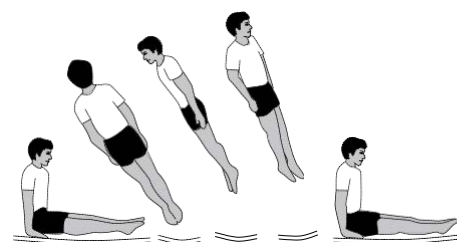
6. Saut à 180 degrés

- Un saut difficile qui demande beaucoup de maîtrise du corps.
- Faites tout d'abord un saut avec réception sur le ventre.
- Après la réception, servez-vous de votre bras gauche ou droit et de votre main pour exécuter une rotation sur 180 degrés.
- Gardez le dos droit.
- Après la réception, sautez pour vous remettre debout, en position verticale.
- **Remarque** : Ne tentez ce saut uniquement si l'espace sur le trampoline est suffisant.



7. Saut avec vrille complète

- Commencez par un saut en position assise.
- Lorsque vous revenez debout en rebondissant, déplacez une épaule dans le sens de la rotation.
- Pendant la vrille, placez vos bras le long du corps et maintenez votre corps droit.
- Une fois la vrille terminée, terminez votre mouvement en position assise.



NETTOYAGE ET ENTRETIEN

Inspection

- Examinez le trampoline avant chaque utilisation pour repérer toute pièce usée ou endommagée, auquel cas procédez à la réparation immédiate par un revendeur spécialisé.

Les situations suivantes peuvent présenter des risques potentiels :

- Coussin de cadre manquant, mal installé ou mal attaché.
- Des perforations, des effilochures, des déchirures ou des trous dans le tapis ou le coussin de cadre.
- Des coutures détériorées dans la toile du tapis ou du coussin de cadre.
- Des ressorts cassés.
- Un cadre brisé ou tordu.
- Un affaissement du tapis.
- Un assemblage instable ou inapproprié des poteaux de soutien et des pieds verticaux du trampoline.
- Le filet de l'enclos mal fixé.
- Des saillies pointues sur l'enclos.
- Vérifiez la stabilité de toutes les pièces et de tous les raccords.

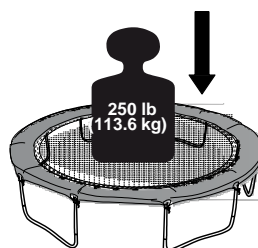
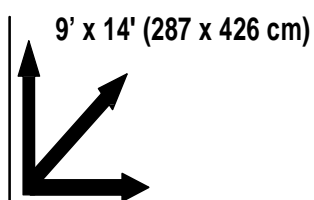
Nettoyage

- Nettoyez le coussin de cadre à l'aide d'un nettoyant doux pour enlever toute tache d'huile ou la saleté. Utilisez des nettoyants spéciaux pour coussin seulement.
- Nettoyez le filet de l'enclos à l'aide d'une brosse ou d'un linge légèrement humide pour enlever la saleté ou la poussière.
- Enlevez la saleté et la poussière à l'aide d'un chiffon doux légèrement humide.
- Si de la rouille apparaît sur la surface, retirez-la en utilisant soit une brosse en fer soit du papier abrasif à gros grains, puis appliquez de la peinture non toxique.
- Pour le nettoyage du coussin de cadre, n'utilisez pas de nettoyants corrosifs ou de nettoyants contenant des produits chimiques.

Entreposage

- Si le trampoline ne sert pas pendant longtemps, démontez-le et rangez-le dans un endroit propre et sec.

FICHE TECHNIQUES



GARANTIE LIMITÉE

Ce produit **JumpTek** est garanti pour une période de 1 an à partir de la date d'achat original contre tout défaut de matériel et de main-d'œuvre.

S'il nous est retourné accompagné d'une preuve d'achat durant la période de garantie spécifiée et s'il est couvert par cette garantie, ce produit sera réparé ou remplacé (par le même modèle ou un modèle de valeur ou de spécifications égales) à notre discrétion et conformément aux conditions et restrictions décrites ci-dessous. Nous prendrons à notre charge le coût de toute réparation ou de tout remplacement et tous les coûts de main-d'œuvre y afférents.

Cette garantie est soumise aux conditions et restrictions suivantes :

- a) une preuve de vente stipulant l'achat et la date d'achat doit être présentée;
- b) cette garantie ne s'applique pas à tout produit ou toute pièce de ce produit qui est usée, cassée ou qui est devenue inefficace pour cause d'abus, usage abusif, dommage accidentel, négligence ou absence d'installation adéquate, fonctionnement ou entretien (tel qu'indiqué dans ce manuel du propriétaire ou dans les consignes de fonctionnement) ou s'il est utilisé à des fins industrielles, professionnelles, commerciales ou locatives;
- c) cette garantie ne s'applique pas à l'usure normale ou aux pièces et accessoires non récupérables qui peuvent être fournies avec le produit et qui sont susceptibles de devenir inefficaces ou inutilisables après une période d'utilisation convenable;
- d) cette garantie ne s'applique pas aux articles d'entretien routinier ou aux biens de consommation tels que, mais sans s'y limiter, le carburant, les lubrifiants, les sacs d'aspirateur, les lames, les courroies, le papier de verre, les douilles, les liquides, les mises au point et les réglages;
- e) cette garantie n'est pas valable lorsque les dommages sont causés par des réparations exécutées ou entreprises par d'autres personnes (p.ex. les personnes non autorisées par le fabricant);
- f) cette garantie ne s'applique pas à tout article vendu à l'acheteur d'origine comme un produit remis à neuf ou en état (à moins d'avis contraire spécifié par écrit);
- g) Cette garantie ne s'applique pas à tout article ou pièce le composant si toute pièce installée provient d'un autre fabricant ou toute réparation ou modification a été réalisée ou entreprise par des personnes non autorisées;
- h) cette garantie ne s'applique pas à la dégradation normale du fini extérieur, tel que, mais sans s'y limiter, les égratignures, les bosselures, l'écaillement de la peinture, ou toute corrosion ou décoloration causée par la chaleur, les nettoyeurs abrasifs et chimiques; et
- i) cette garantie ne s'applique pas aux pièces détachées vendues et reconnues comme étant le produit d'une autre entreprise, qui seront couvertes par la garantie de ladite entreprise, s'il y a lieu.

Restrictions supplémentaires

Cette garantie s'applique seulement à l'acheteur d'origine et ne peut pas être transférée. Ni le détaillant ni le fabricant ne seront tenus responsables de toute autre dépense, perte ou dommage y compris, mais sans s'y limiter, tout dommage indirect, accidentel ou dommages-intérêts pour préjudice moral consécutifs à la vente, l'usage ou l'incapacité d'utiliser ce produit.

Avis au consommateur

Cette garantie vous donne des droits légaux spécifiques mais vous pouvez avoir d'autres droits, qui peuvent varier d'une province à l'autre. Les dispositions énoncées dans cette garantie n'ont pas pour but de restreindre, modifier, soutirer, rejeter ou exclure toute garantie statutaire instituée dans toute législation provinciale ou fédérale.