



Por cualquier reclamo o desperfecto dirijase a la tienda Sodimac donde adquirió el producto junto con su comprobante de compra, nuestro servicio de post venta lo asistirá con gusto.

Para quaisquer consultas ou reclamações, dirija-se à loja Sodimac onde adquiriu o produto, munido do comprovante de compra; nosso Serviço de Pós Vendas o atenderá com prazer.

ARGENTINA

Teléfono de contacto:
0810-222-7634
www.sodimac.com.ar

BRASIL

Telefone para contato:
0300 7634622
www.sodimac.com.br

CHILE

Teléfono de contacto:
600 600 4020
www.sodimac.cl

COLOMBIA

Teléfono de contacto:
3208899933
www.homecenter.com.co

MEXICO

Teléfono de contacto:
800 062 5222
www.sodimac.com.mx

PERÚ

Teléfono de contacto:
4192000
www.sodimac.com.pe
www.maestro.com.pe

URUGUAY

Teléfono de contacto:
0800-7634
www.sodimac.com.uy

Importado y/e Distribuido por: **Argentina:** FALABELLA S.A., C.U.I.T. 30-65572582-9 - Suipacha 1111 P. 18 (1008) - Buenos Aires. Tel.:54-11-4710-5600. - **Brasil:** CONSTRUDECOR S.A - CNPJ: 03.439.316/0038-64 - SAC: 55-11-2065-2500. - **Chile:** SODIMAC S.A., RUT 96.792.430-K - Av. Pdte. Eduardo Frei M. 3092, Renca, Santiago. Tel.: 56-2-2738-1000 / IMPERIAL S.A., RUT 76.821.330-5. Av. Santa Rosa 7876, La Granja - Santiago - Tel.: 56-2-2399-7000 / FALABELLA RETAIL S.A., RUT 77.261.280-K - Manuel Rodríguez Norte 730, Santiago - Tel.: 600-380-5000 / HIPERMERCADOS TOTTUS S.A., RUT 78.627.210-6 - Nataniel Cox 620 Subterráneo, Santiago - Tel.: 56-2-2827-0211 - **Colombia:** SODIMAC COLOMBIA S.A., Cód. SIC 800242106, NIT. 800.242.106-2 - Carrera 68D N° 80-70, Bogotá. Tel.: 57-1-3904100 / FALABELLA DE COLOMBIA S.A., NIT.900.017.447-8 - Calle 99 No 11A - 32, No. Reg. SIC: 900017447 - Bogotá - Tel.: 57-1-5878002 Nacional: 01-8000-113252. - **Perú:** Tiendas del Mejoramiento del Hogar S.A. RUC 20112273922. Av. Angamos Este Nro. 1805 Int. 2, Surquillo - Lima - Lima. Tel: 51-1-2119500 / SAGA FALABELLA S.A., RUC: 20100128056, Av.Paseo de la República 3220, San Isidro, Lima - Tel.: 51-01-512-3333 / HIPERMERCADOS TOTTUS S.A., Av. Angamos Este 1805, oficina 5, Piso 10, Surquillo, Lima - RUC. 20508565934 - Tel.: 51-01-513-3355 - **Uruguay:** Homecenter Sodimac S.A., RUT 21.699.665 0015 - Plaza Independencia 811, Montevideo, Uruguay - Tel.: 598-2604-7105 - **México:** COMERCIALIZADORA SDMHC S.A. de C.V. Avenida Adolfo López Mateos 201, Colonia Santa Cruz Acatlán, Naucalpan De Juárez, Estado de México, C.P. 53150. RFC CSD161207R2A, Tel.: +52 55 1516 4400.

V20201217



MANUAL DE INSTRUCCIONES MANUAL DE INSTRUÇÕES

SET TRAMPOLIN
SET TRAMPOLIM

MODELOS:

BLT4.5FT / BLT6FT / BLT8FT / BLT10FT / BLT12FT / BLT14FT



IMAGEN/IMAGEM MERAMENTE ILUSTRATIVA



0-3

Advertencias – General

Las camas elásticas son muy divertidas cuando se utilizan correctamente. La mayoría de las lesiones están causadas por la manera de usar la cama elástica, no debido a problemas de construcción.

Lea estas instrucciones y advertencias detenidamente y procure seguirlas en todo momento para garantizar que el equipo se pueda usar con seguridad y dure lo más posible.

Lea todas las advertencias e instrucciones para el cuidado, mantenimiento y uso de esta cama elástica para procurar un uso seguro y ameno de este producto.

- Esta cama elástica solo es apta para uso familiar en un entorno doméstico. ¡SOLO para uso en exteriores!
- La cama elástica no está diseñada para ser enterrada en el terreno.
- No se recomienda su uso en niños menores de 3 años y mayores de 12 años.
- La cama elástica está diseñada para instalarse en superficies planas con un espacio mínimo de 6'6" (2 m) a su alrededor.
- No la coloque sobre una superficie dura (p. ej., hormigón o asfalto), dado que podría causar lesiones de gravedad.
- Asegúrese de que haya suficiente espacio libre por encima de la cama elástica para la altura que se espera alcanzar al saltar. Se recomienda encarecidamente no colocar la cama elástica debajo de las copas de los árboles cercanos.

Advertencia - Utilización

- No intente ni permita realizar acrobacias como saltos mortales, dado que son movimientos peligrosos que solo deben ser efectuados en presencia de un entrenador calificado y con el equipo apropiado. Es probable que se produzcan lesiones de gravedad si se intentan realizar acrobacias en esta cama elástica. Aterrizar sobre la cabeza o el cuello puede ocasionar lesiones graves, parálisis o la muerte, incluso si se aterriza en el centro de la lona.
- Los niños y los usuarios inexpertos siempre deben saltar bajo la supervisión de una persona con experiencia y con experiencia.
- No la utilice si sufre una lesión (p. ej., una lesión de tobillo o rodilla).
- Quítese las gafas, los relojes, las joyas, cadenas y demás objetos afilados o puntiagudos. Vacíese los bolsillos antes de empezar a saltar.
- No utilice la cama elástica en la oscuridad.
- No ponga objetos o juguetes en la cama elástica o en su recinto.
- Los animales no están permitidos en la cama elástica o en su recinto.
- No fume mientras utilice la cama elástica.
- No la utilice cuando esté mojada.
- No utilice la cama elástica cuando se encuentre bajo los efectos del alcohol o las drogas.
- Los saltadores deben utilizar la cama elástica con calcetines, zapatos de gimnasia, o descalzos. Por favor, sea consciente de que NO se debe usar calzado de calle o zapatillas de deporte.
- Inicialmente, los saltadores deben familiarizarse con las sensaciones y los saltos al usar la cama elástica. Centre la atención en los aspectos básicos del posicionamiento del cuerpo y practique cada salto (saltos básicos) hasta que pueda realizarlos con destreza y control.
- Para frenar un salto, lo único que tiene que hacer es flexionar sus rodillas de manera pronunciada antes de entrar en contacto con la lona de la cama elástica. Esta técnica debe practicarse mientras aprende cada uno de los saltos básicos. Realice el movimiento de frenada del salto siempre que pierda el equilibrio o el control en el salto.
- Aprenda siempre los saltos más sencillos primero, hasta controlarlos de manera consistente antes de pasar a saltos más difíciles y avanzados. Un salto controlado es aquel que aterriza en el mismo lugar de la lona desde donde se inicia el salto. Si avanza al salto siguiente sin dominar el actual, aumentarán las probabilidades de que sufra lesiones. No salte sobre la cama elástica durante mucho tiempo, dado que la fatiga puede aumentar la posibilidad de sufrir una lesión.

- ¡El uso incorrecto o abuso de esta cama elástica es peligroso y puede ocasionar lesiones de gravedad! Como artefactos para rebotar, las camas elásticas impulsan al saltador hasta alturas inusuales y le permiten realizar una variedad de movimientos corporales
- Antes de cada uso, inspeccione la cama elástica y su recinto en busca de desperfectos en la lona y partes aflojadas o extraviadas
- Subirse y bajarse de la cama elástica: es peligroso bajarse de un salto de la cama elástica, o subirse de un salto en ella. No utilice la cama elástica como un trampolín para saltar a otros objetos.
- Para dejar de rebotar, flexione sus rodillas en el momento en que los pies entren en contacto con la lona de la cama elástica. Aprenda este movimiento antes de intentar otros.
- No realice saltos demasiado elevados. Dé saltos pequeños hasta que los controle y consiga aterrizar en el centro de la cama elástica una y otra vez. El control es más importante que la altura.
- Mantenga la cabeza erguida con los ojos mirando al perímetro de la cama elástica. Esto le ayudará a controlar el salto.
- Mantenga los objetos que puedan interferir con el saltador apartados
- Mantenga el área despejada alrededor de la cama elástica
- Salte solamente cuando la superficie de la lona está seca. El viento debe ser calmado y suave. La cama elástica no debe usarse con vientos fuertes o racheados.
- Salte en el centro de la cama elástica.
- No realice saltos cuando se encuentre fatigado.
- Asegure bien la cama elástica y su recinto cuando no la utilice. Protéjala contra el uso no autorizado.
- Mantenga el recinto firmemente sujeto a la cama elástica siguiendo instrucciones del fabricante. De no montar y asegurar bien el recinto a la cama elástica pueden producirse lesiones, estrangulaciones, o accidentes mortales.
- No intente saltar por encima del recinto de la cama elástica.
- No intente reptar por debajo del recinto de la cama elástica.
- No intente rebotar intencionadamente contra el recinto de la cama elástica.
- No pateo, corte, escale o se cuelgue del recinto de la cama elástica.
- Vista prendas que no tengan cordones, ganchos ni lazos.
- No cuelgue nada en el recinto salvo accesorios o partes autorizadas por el fabricante para usar con éste.
- Entre o salga solamente por las aberturas del recinto de la cama elástica designadas para tal propósito.

Cuidado y mantenimiento

Esta cama elástica y su recinto están diseñados y fabricados con artesanía y materiales de calidad. Con un cuidado y mantenimiento apropiados que proporcionará a los saltadores con años de ejercicios, diversión y disfrute y reducirá los riesgos de lesiones.

Por favor, siga las instrucciones enumeradas a continuación:

- Por favor, asegúrese de que la cama elástica solo sea utilizada por una persona cada vez.
- Para prevenir que la lona de la cama elástica se raje o dañe, no deje que las mascotas se suban.
- Inspeccione siempre la cama elástica y el recinto antes de cada uso en busca de partes desgastadas, defectuosas o extraviadas. Pueden surgir una serie de condiciones que aumenten las probabilidades de sufrir lesiones. Por favor, esté atento a lo siguiente:
 - Acolchonado del armazón, recinto o capuchones de las barras extraviados, mal puestos o instalados de una manera poco segura.
 - Perforaciones, partes raídas, rasgaduras o agujeros en la lona, la barrera o el acolchonado del sistema de soporte (armazón).
 - Deterioro del cosido o el tejido de la lona, la barrera o el acolchonado del sistema de soporte (armazón).
 - Armazón torcido o roto.
 - Muelles rotos.
 - Protuberancias de cualquier tipo (sobre todo afiladas o puntiagudas) en el armazón, los muelles o la lona.
 - En ciertos países, durante el periodo invernal, la nieve acumulada y las bajas temperaturas pueden dañar el trampolín. Se recomienda quitar la nieve y guardar la estera y el recinto en un lugar resguardado.

SI OBSERVA ALGUNA DE LAS CONDICIONES ANTERIORES, O CUALQUIER OTRA COSA QUE USTED CREA QUE PUEDE CAUSAR DAÑOS A LOS USUARIOS, LA CAMA ELÁSTICA DEBE SER DESMONTADA O ASEGURADA CONTRA SU UTILIZACIÓN HASTA QUE DICHAS CONDICIONES SE HAYAN RESUELTO.

Vientos fuertes

- No utilice la cama elástica ni se acerque a ella en condiciones de vientos fuertes o racheados. Una cama elástica puede salir volando cuando queda expuesta a condiciones prolongadas de viento o ráfagas. Esto puede ocasionar lesiones graves, parálisis o accidentes mortales, así como daños a la propiedad.
- A fin de reducir las situaciones de peligro, desarme la cama elástica y el recinto, y guárdelos hasta que las condiciones del tiempo mejoren.
- El anclaje de la estructura de la cama elástica puede evitar que se mueva debido al viento, aunque incluso las camas elásticas ancladas pueden alzarse con el viento o dañarse. Consulte con un contratista calificado para determinar el tipo de anclaje que funciona mejor en su área.
- Si espera fuertes vientos, la cama elástica debe trasladarla a un lugar resguardado, o bien desmontarla y/o amarrarla al suelo con cuerdas y estacas (no incluidas). Se deben utilizar tres cuerdas y tres estacas como mínimo. Asegúrese de fijar las cuerdas a la parte superior del armazón; no asegure solamente las patas de la base al suelo, dado que pueden separarse de los conectores del armazón. La parte superior de las estacas deben cubrirse, si es necesario, para que los usuarios no se lesionen al caer sobre ellas.

Advertencias – ubicación – solo para uso en exteriores

- Coloque la cama elástica sobre una superficie nivelada antes de usarla.
 - También es esencial que haya suficiente espacio lateral (por los lados). Coloque la cama elástica en un lugar alejado de paredes, estructuras, vallas y otras áreas de juego. Deje un espacio libre por todos los lados de la cama elástica y su recinto.
 - Utilice la cama elástica y su recinto en un lugar con buena iluminación.
 - Quite los objetos que pueda haber debajo de la cama elástica.
 - Asegure la cama elástica y su recinto contra el uso no autorizado y sin supervisión.
 - El recinto de la cama elástica solo debe usarse como un cerco para una cama elástica del tamaño para el cual haya sido diseñado.
 - El dueño y los supervisores de la cama elástica son responsables de garantizar que todos los usuarios estén informados de las prácticas especificadas en este manual.
 - No instale el trampolín sobre hormigón, asfalto o cualquier otra superficie dura.
 - Es esencial que haya suficiente espacio encima de la unidad. Se recomienda un mínimo de 7,32 m respecto al suelo. Procure que esté a suficiente distancia de cables, ramas de árboles y otros peligros. Por favor, considere lo siguiente cuando elija un lugar para su cama elástica:
- **Acuérdese de usar guantes durante el montaje para evitar pinzamientos.**
 - **Se requiere a dos adultos como mínimo para montar la cama elástica.**

Advertências – Geral

Leia todas as advertências e instruções para o cuidado, manutenção e uso desta cama elástica, a fim de garantir um uso seguro e prazeroso do produto.

- Esta cama elástica foi projetada apenas para uso familiar, em ambientes domésticos. SOMENTE para uso em exteriores!

- Esta cama elástica não foi projetada para ser enterrada no terreno.

- Não é recomendado o uso da cama elástica por crianças menores de 3 e maiores de 12 anos.

- A cama elástica foi projetada para ser instalada em superfícies planas, com um espaço mínimo de 2 m ao redor.

- Não coloque a cama sobre uma superfície dura (por exemplo, concreto ou asfalto). Isto pode causar lesões graves.

- Assegure-se de contar com espaço livre suficiente por cima da cama elástica, considerando a altura esperada de salto. Recomenda-se encarecidamente não colocar a cama elástica debaixo da copa das árvores próximas.

Leia todas as advertências e instruções para o cuidado, manutenção e uso desta cama elástica, a fim de garantir um uso seguro e prazeroso do produto.

- Esta cama elástica foi projetada apenas para uso familiar, em ambientes domésticos. SOMENTE para uso em exteriores!

- Esta cama elástica não foi projetada para ser enterrada no terreno.

- Não é recomendado o uso da cama elástica por crianças menores de 3 e maiores de 12 anos.

- A cama elástica foi projetada para ser instalada em superfícies planas, com um espaço mínimo de 2 m ao redor.

- Não coloque a cama sobre uma superfície dura (por exemplo, concreto ou asfalto). Isto pode causar lesões graves.

- Assegure-se de contar com espaço livre suficiente por cima da cama elástica, considerando a altura esperada de salto. Recomenda-se encarecidamente não colocar a cama elástica debaixo da copa das árvores próximas.

Advertências – Uso

- Não tente nem permita realizar piruetas, como rodopios. Estes são movimentos perigosos que devem ser realizados apenas na presença de um treinador qualificado e com um equipamento apropriado. Piruetas na cama elástica podem provocar lesões graves. Cair sobre a cabeça ou o pescoço pode causar lesões graves, paralisia ou a morte, mesmo se cair no centro da lona.
- Crianças e usuários inexperientes sempre devem saltar sob a supervisão de uma pessoa com experiência.
- Se tiver uma lesão, não use a cama elástica (por exemplo, lesão de tornozelo ou joelho).
- Tire os óculos, relógios, joias, colares e outros objetos afiados ou pontiagudos. Esvazie os bolsos antes de começar a saltar.
- Não utilize a cama elástica na escuridão.
- Não coloque objetos ou brinquedos na cama elástica ou ao redor.
- Não é permitida a presença de animais na cama elástica ou no local de uso.
- Não fume durante o uso da cama elástica.
- Não utilize a cama elástica se estiver molhada.
- Não utilize a cama elástica se estiver sob o efeito de álcool ou drogas.
- Os usuários devem vestir meias, sapatilhas de ginástica ou estarem descalços. NÃO utilize calçados comuns ou tênis de esporte.
- Inicialmente, os usuários devem familiarizar-se com as sensações e os saltos ao utilizar a cama elástica. Preste atenção aos aspectos básicos do posicionamento do corpo e pratique cada salto (saltos básicos) até conseguir realizá-los com destreza e controle.
- Para frear um salto, somente flexione bem os joelhos antes de ter contato com a lona da cama elástica. Esta técnica deve ser praticada durante o aprendizado de cada um dos saltos básicos. Realize o movimento de freada do salto quando perder o equilíbrio ou o controle no salto.
- Primeiro, aprenda os saltos mais simples, até controlá-los de maneira consistente antes de passar para saltos mais difíceis e avançados. Um salto controlado é aquele que cai no mesmo ponto da lona onde o salto foi iniciado. Se passar para o salto seguinte sem dominar o atual, irão aumentar as chances de sofrer lesões. Não salte na cama elástica durante muito tempo, pois a fadiga pode aumentar a chance de sofrer uma lesão.
- O uso incorreto ou excessivo desta cama elástica é perigoso e pode ocasionar lesões graves! Igual que outros equipamentos para saltar, as camas elásticas impulsionam o usuário até alturas inusuais, permitindo realizar uma variedade de movimentos corporais.

- Antes de cada uso, inspecione a cama elástica e o local de uso em busca de desperfeitos na lona e partes soltas ou extraviadas.
- Subir e descer da cama elástica: é perigoso descer ou subir na cama elástica de um salto. Não utilize a cama elástica como um trampolim para saltar para outros objetos.
- Para deixar de rebotar, flexione os joelhos assim que os pés tiverem contato com a lona da cama elástica. Aprenda este movimento antes de tentar outros.
- Não realize saltos muito elevados. Dê saltos pequenos até controlá-los e conseguir cair no centro da cama elástica repetidamente. O controle é mais importante do que a altura.
- Mantenha a cabeça erguida, olhando para o perímetro da cama elástica. Isto ajudará a controlar o salto.
- Mantenha afastados os objetos que possam interferir no salto do usuário.
- Mantenha livre de objetos a área em volta da cama elástica.
- Salte somente quando a superfície da lona estiver seca. O vento deve ser calmo e suave. A cama elástica não deve ser usada sob condições de rajadas fortes de vento.
- Salte no centro da cama elástica.
- Não dê saltos se estiver cansado.
- Assegure bem a cama elástica e a estrutura se não for usá-la. Proteja a cama contra usos não autorizados.
- Mantenha a cama elástica firme na estrutura, de acordo com as instruções do fabricante. O descumprimento desta instrução pode provocar lesões, estrangulamentos ou acidentes mortais.
- Não tente pular por cima da estrutura da cama elástica.
- Não tente escalar por baixo da estrutura da cama elástica.
- Não tente rebotar intencionalmente contra a estrutura da cama elástica.
- Não chute, corte, escale nem se pendure da estrutura da cama elástica.
- Vista roupas que não tenham cordões, ganchos ou laços.
- Não pendure nada na estrutura, com exceção de acessórios ou partes autorizadas pelo fabricante.
- Entre ou saia somente pelas aberturas da estrutura da cama elástica indicadas para esse propósito.

Cuidado e Manutenção

Esta cama elástica e a sua estrutura foram projetadas e fabricadas de maneira artesanal e com materiais de qualidade. Um cuidado e manutenção apropriados irão garantir anos de exercitação e diversão, além de reduzir os riscos de lesões.

Por favor, siga as instruções listadas a seguir:

- Assegure-se de que a cama elástica seja utilizada apenas por uma pessoa de cada vez.
- Para evitar danos à lona da cama elástica, não permita que animais subam nela.
- Sempre inspecione a cama elástica e a estrutura antes de cada uso, em busca de partes desgastadas, defeituosas ou faltantes. É possível que existam condições que aumentem as chances de sofrer lesões. Preste atenção ao seguinte:
- Acolchoamento da estrutura ou terminais das barras extraviados, mal posicionados ou instalados de maneira pouco segura.
- Perfurações, partes desgastadas ou rasgões na lona, na barreira ou no acolchoamento do sistema de suporte.
- Deterioração das costuras ou da lona, barreira ou acolchoamento do sistema de suporte.
- Estrutura torcida ou danificada.
- Molas danificadas.
- Protuberâncias de qualquer tipo (sobretudo afiadas ou pontiagudas) na estrutura, nas molas ou na lona.
- Em alguns países, durante o período de inverno, a neve acumulada e as baixas temperaturas podem danificar a cama elástica. Recomenda-se remover a neve e armazenar o produto num local protegido.

SE OBSERVAR ALGUMA DAS CONDIÇÕES ACIMA, OU QUALQUER OUTRA SITUAÇÃO QUE POSSA PROVOCAR DANOS AOS USUÁRIOS, A CAMA ELÁSTICA DEVERÁ SER DESMONTADA OU PROTEGIDA CONTRA SEU USO ATÉ SOLUCIONAR OS INCONVENIENTES.

Ventos fortes

- Não utilize a cama elástica nem se aproxime a ela sob condições de rajadas fortes de vento. Uma cama elástica pode sair voando se ficar exposta a condições prolongadas de vento ou rajadas. Isto pode ocasionar lesões graves, paralisia ou acidentes mortais, como também danos à propriedade.

- A fim de reduzir as situações de perigo, desmonte a cama elástica e a estrutura, e guarde-as até que as condições climáticas melhorem.

- A ancoragem da estrutura da cama elástica pode evitar sua movimentação devido ao vento. Porém, inclusive as camas elásticas ancoradas podem elevar-se com o vento ou sofrer danos. Entre em contato com um técnico qualificado para determinar o tipo de ancoragem que melhor funciona no local de uso.

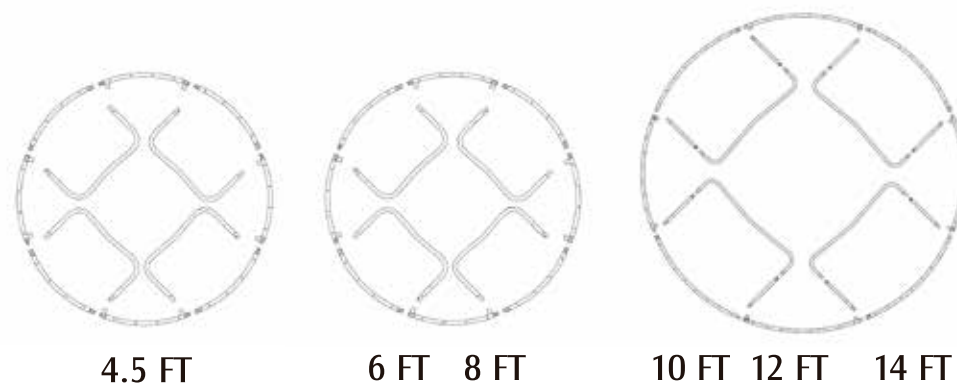
- Em caso de previsão de ventos, a cama elástica deve ser transportada para um local protegido, ou desmontada e/ou fixada no chão com cordas e espeques (não incluídos). Utilize três cordas e três espeques no mínimo. Assegure-se de fixar as cordas na parte superior da estrutura. Não fixe somente os pés da base no chão, pois eles poderão soltar dos conectores da estrutura. A parte superior dos espeques deve ser coberta, se necessário, a fim de que os usuários não sofram lesões se caírem neles.

Advertências – Localização – Somente para uso em exteriores

- Coloque a cama elástica sobre uma superfície nivelada antes de usá-la.
- Também é essencial contar com suficiente espaço nas laterais. Coloque a cama elástica num local afastado de paredes, estruturas, cercas e outras áreas de jogo. Deixe um espaço livre em todos os lados da cama elástica e a sua estrutura.
- Utilize a cama elástica e a sua estrutura num local com boa iluminação.
- Retire objetos que estejam debaixo da cama elástica.
- Proteja a cama elástica e a sua estrutura contra usos não autorizados e sem supervisão.
- A estrutura da cama elástica deve ser usada apenas como uma cerca para uma cama elástica do tamanho para o qual foi projetada.
- O proprietário e os supervisores da cama elástica são responsáveis de garantir que todos os usuários estejam informados sobre as práticas especificadas neste manual.
- Não instale a cama elástica sobre concreto, asfalto ou qualquer superfície dura.
- É essencial que exista espaço suficiente por cima do produto. Recomenda-se um espaço mínimo de 7,32 m com relação ao chão. Procure manter o produto distante de cabos, galhos de árvores e outros elementos perigosos. Por favor, considere o seguinte ao escolher o local de instalação:
- Lembre-se de usar luvas durante a montagem para evitar lesões.
- No mínimo, dois adultos são requeridos para montar a cama elástica.

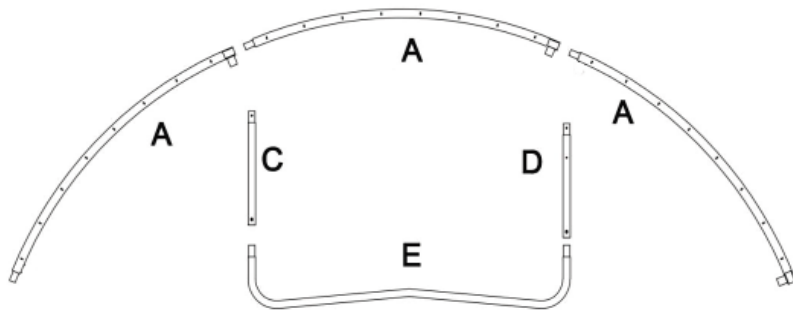
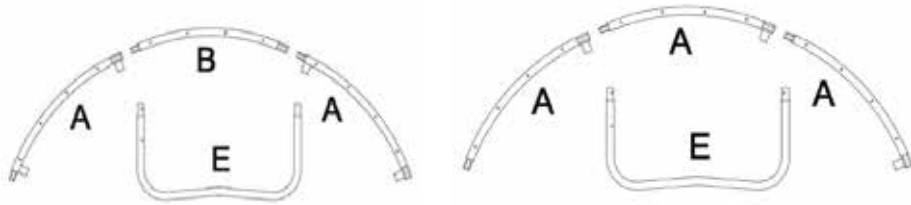
Lista de partes

	Nombre / Nome	140 / 4.5 FT	185 / 6 FT	245 / 8 FT	305 / 10 FT	370 / 12 FT	430 / 14 FT
A	Tubo recto del armazón A Tubo reto da estrutura A	4	8	8	8	8	8
B	Tubo recto del armazón B Tubo reto da estrutura B	4	0	0	0	0	0
C	Extensión vertical de la pata A Extensão vertical do pé A	0	0	0	4	4	4
D	Extensión vertical de la pata B Extensão vertical do pé B	0	0	0	4	4	4
E	Pata Pé	4	4	4	4	4	4
F	Lona elástica Lona elástica	1	1	1	1	1	1
G	Acolchado Acolchoamento	1	1	1	1	1	1
H	Muelles Molas	32	32	40	56	64	80
I	Tirador de muelles Puxador de molas	1	1	1	1	1	1



Listado de piezas del armazón - dibujos

Lista de partes da estrutura - Ilustrações



F



G



H



I

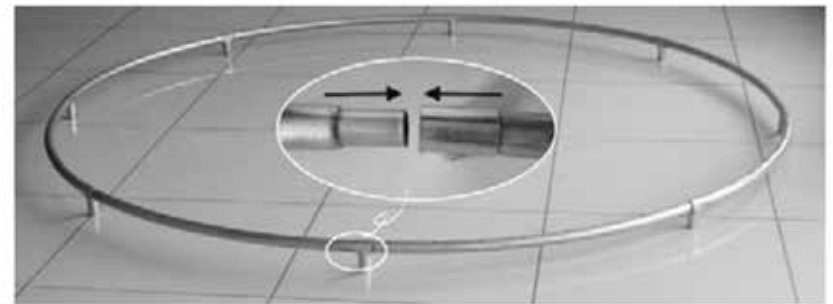
Instrucciones paso a paso del ensamblaje del armazón y lona elástica

Instruções passo a passo para a montagem da estrutura e da lona elástica

1. Disponga las piezas del armazón como muestra la FIG 1
1. Organize as peças da estrutura, como indicado na FIG. 1



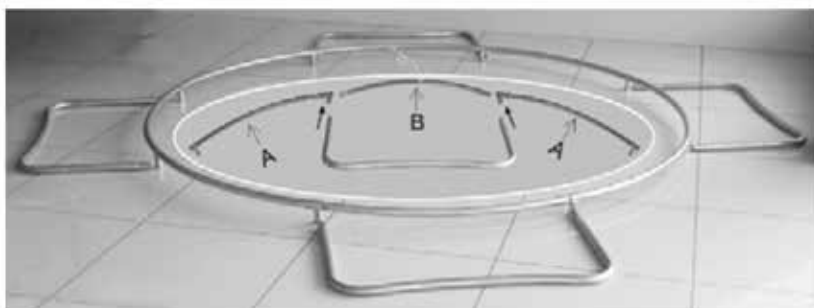
2. Junte todos los tubos en forma de un círculo grande FIG 2
2. Conecte todos os tubos formando um círculo grande, como indicado na FIG. 2.



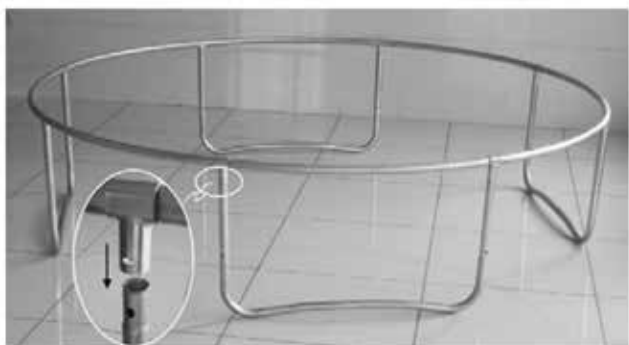
3. Ponga 2 extensiones verticales en cada pata FIG 3.
3. Coloque 2 extensões verticais em cada pé, como indicado na FIG. 3.



4. Disponga las patas en sus posiciones correspondientes FIG 4
4. Coloque os pés nas posições correspondentes, como indicado na FIG. 4.



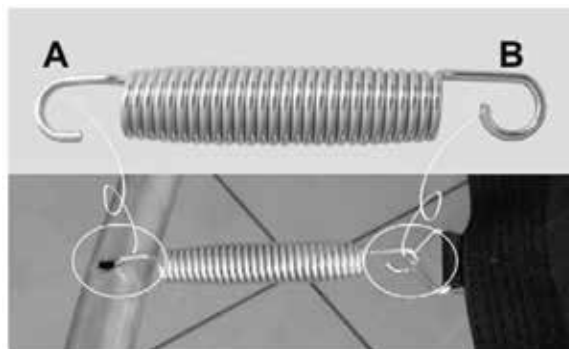
5. Inserte las patas en la estructura del armazón FIG 5
5. Coloque os pés na estrutura, como indicado na FIG. 5.



6. Enganche la parte A del muelle en el armazón FIG 6
6. Enchaque a parte A da mola na estrutura, como indicado na FIG. 6.



7. Enganche la parte B del muelle en los anillos triangulares de lona elástica FIG 7
7. Enchaque a parte B da mola nos anéis triangulares da lona elástica, como indicado na FIG. 7.

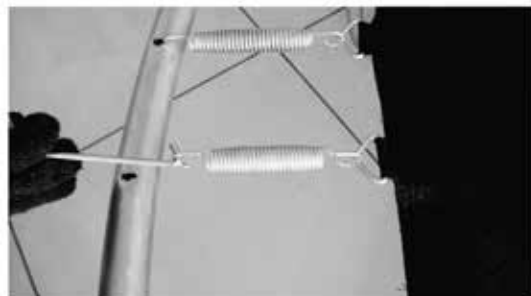


8. Enganche los primeros muelles en forma de cruz para extender la lona sobre el armazón de manera uniforme FIG 8
8. Enchaque as primeiras molas em forma de cruz, para estender a lona sobre a estrutura de maneira uniforme, como indicado na FIG. 8.



9. Use el tirador para enganchar el resto de muelles Se recomienda el uso de guantes para evitar las heridas o abrasiones FIG 9.

9. Utilize o puxador para enganchar as molas restantes. Recomenda-se o uso de luvas para evitar ferimentos ou abrasões, como indicado na FIG. 9.



10. Resultado final es la lona elástica extendida de manera uniforme sobre el armazón FIG 10

10. O resultado final deve ser a lona elástica estendida de maneira uniforme sobre a estrutura, como indicado na FIG. 10.



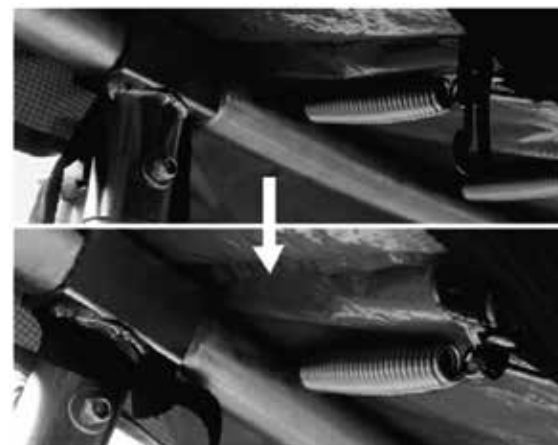
11. Cubra los muelles con el acolchado FIG 11

11. Cubra as molas com o acolchoamento, como indicado na FIG 11.



12. Asegure el acolchado con bandas elásticas FIG 12.

12. Assegure o acolchoamento com faixas elásticas, como indicado na FIG. 12.



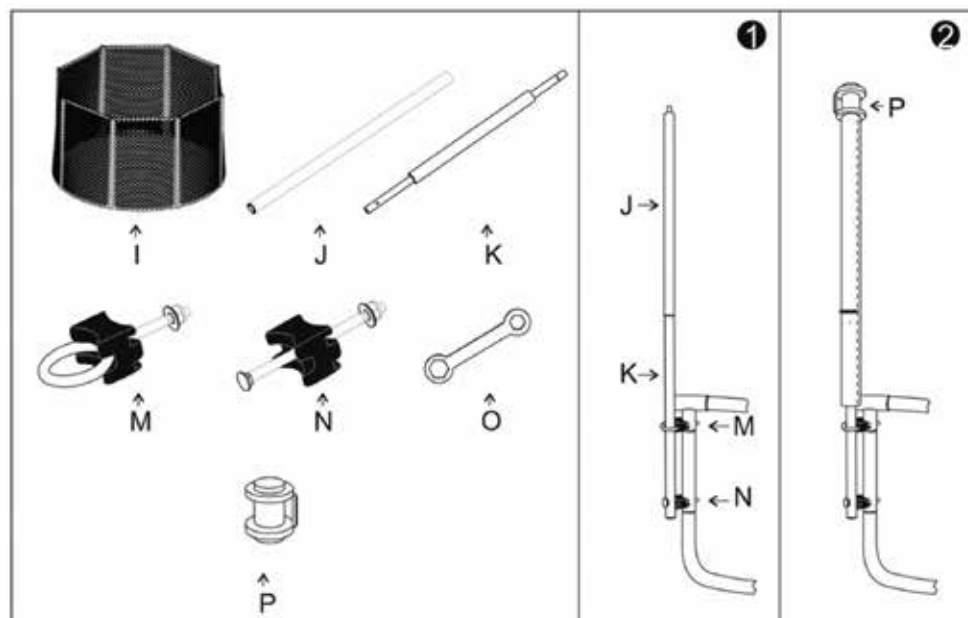
13. Asegúrese de que el acolchado este cubriendo todo el diámetro del armazón sin dejar a la vista ningún muelle FIG 13

13. Assegure-se de que o acolchoamento esteja cobrindo todo o diâmetro da estrutura, sem deixar visível nenhuma mola, como indicado na FIG. 13.



Montaje de la red de seguridad por dentro Montagem da rede de segurança por dentro

	Nombre / Nome	140 / 4.5 FT	185 / 6 FT	245 / 8 FT	305 / 10 FT	370 / 12 FT	430 / 14 FT
I	Red de seguridad Rede de segurança	1	1	1	1	1	1
J	Tubo superior Tubo superior	4	4	4	4	4	4
K	Tubo inferior Tubo inferior	4	4	4	4	4	4
M	Abrazadera A Abraçadeira A	4	4	4	4	4	4
N	Abrazadera B Abraçadeira B	4	4	4	4	4	4
O	Llave corona Chave combinada	1	1	1	1	1	1
P	Tapa superior tubo Tampa superior do tubo	4	4	4	4	4	4



Instrucciones paso a paso del montaje de la red de seguridad por dentro

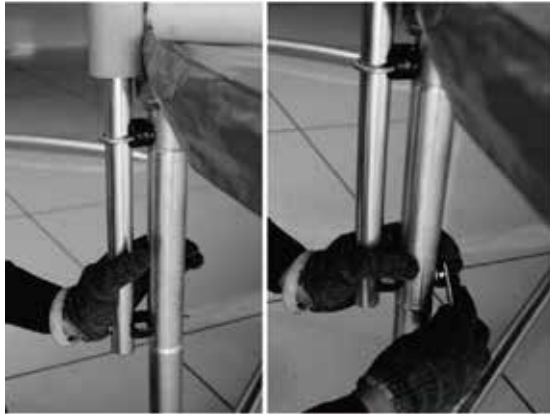
Instruções passo a passo para a montagem da rede de segurança por dentro

1. Disponga todas las piezas para montar la red FIG 1

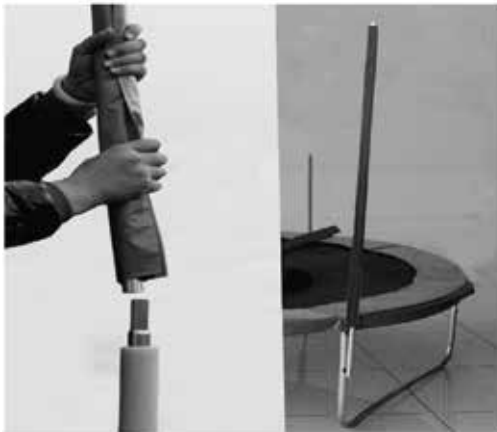
1. Organize todas as peças para montar a rede, como indicado na FIG. 1.



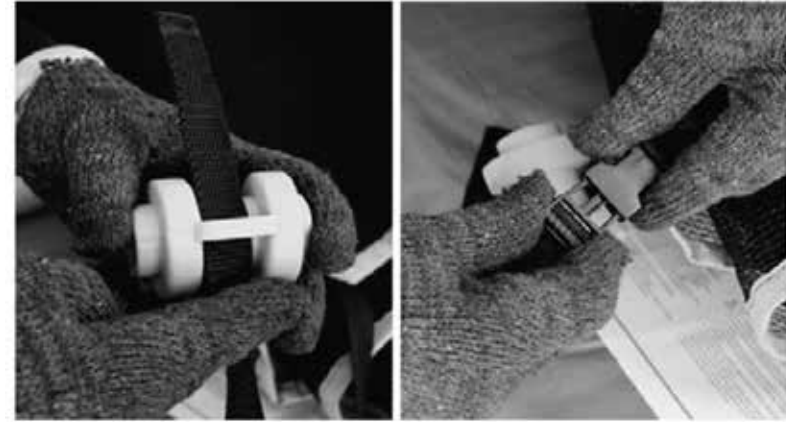
2. Sujete el tubo inferior de la red y primer bloque plástico a la parte superior de la pata del armazón, sujete el otro bloque plástico a la parte inferior de la pata del armazón FIG 2
 2. Fixe o tubo inferior da rede e o primeiro terminal plástico à parte superior do pé da estrutura. Fixe o outro terminal plástico à parte inferior do pé da estrutura, como indicado na FIG. 2.



3. Inserte los tubos superiores en los tubos, ajuste la manga de espuma FIG 3.
 3. Insira os tubos superiores nos tubos. Ajuste a proteção de espuma, como indicado na FIG 3.



4. Inserte la cinta de la red de seguridad en la tapa superior y ajuste los cierres FIG 4
 4. Introduza a fita da rede de segurança na tampa superior e ajuste os fechos, como indicado na FIG. 4.



5. Inserte la tapa superior en los tubos para extender la red de seguridad FIG 5.
 5. Introduza a tampa superior nos tubos para estender a rede de segurança, como indicado na FIG. 5.



6. Ajuste la soga en la parte inferior de la red para ajustar la red.

FIG 6

6. Ajuste o cordão na parte inferior da rede para ajustá-la, como indicado na FIG. 6.



7. Ajuste la cinta para que la red este bien tirante y apretada, cada borde bien equilibrado. FIG 7

7. Ajuste a fita para que a rede fique tensionada e apertada, com cada borda corretamente equilibrada, como indicado na FIG. 7.



CONSEJOS PARA REDUCIR EL RIESGO DE ACCIDENTES

Todos los saltadores deben ser supervisados, independientemente del nivel de destreza o la edad.

Papel de los saltadores en la prevención de accidentes:

- La clave es mantener el control de sus saltos. NO avance a maniobras más difíciles y complicadas hasta que domine los saltos básicos.
- La educación también es clave en la seguridad y es muy importante.
- Lea, comprenda y practique todas las medidas de seguridad y advertencias antes de usar la cama elástica. Un salto controlado es aquel que aterriza en el lugar donde se inicia el salto. Para consejos e instrucciones adicionales sobre seguridad, póngase en contacto con un instructor certificado en la práctica de ejercicios en camas elásticas.

Papel del dueño o el supervisor en la prevención de accidentes:

- Los supervisores deben comprender y hacer cumplir todas las medidas e instrucciones de seguridad. El supervisor es responsable de proporcionar consejo y orientación experta a todos los saltadores de la cama elástica.
- En caso de una supervisión inadecuada o inexistente, la cama elástica debe guardarse en un lugar seguro, desarmarse para prevenir el uso no autorizado, o bien cubrirla con una lona pesada que pueda asegurarse con candados o cadenas.

MEDIDAS DE SEGURIDAD ADICIONALES DE LA CAMA ELÁSTICA

SALTADORES

- Súbase y bájese de la cama elástica con cuidado y de manera controlada. Nunca salte hacia o desde la cama elástica ni utilice la cama elástica como una plataforma para saltar a otro objeto o sobre éste.

- Aprenda siempre los saltos básicos y domine cada tipo de salto antes de intentar saltos más difíciles. Repase el apartado de «Saltos básicos con la cama elástica» para aprender a realizar los saltos básicos.

- Para detener un salto, flexione sus rodillas al aterrizar de pie sobre la lona.
- Mantenga siempre el control cuando salte en la cama elástica.
- Un salto controlado es aquel que aterriza en el mismo punto desde donde se inicia el salto. Si en algún momento siente que pierde el control, intente detenerse.
- No salte o bote por largos periodos de tiempo, ni realice varios saltos demasiado elevados consecutivamente.
- Mantenga los ojos fijos en la lona para guardar el control, de lo contrario podría perder el equilibrio o el control.

SUPERVISORES

- Aprenda acerca de los saltos básicos y las medidas de seguridad. Para prevenir y reducir los riesgos de lesión, haga cumplir todas las medidas de seguridad y asegúrese de que los nuevos saltadores aprendan los saltos básicos antes de intentar otros más difíciles y avanzados.
- Todos los saltadores deben ser supervisados, independientemente del nivel de destreza o la edad.
- Nunca utilice la cama elástica cuando esté mojada, dañada, sucia o deteriorada. La cama elástica debe ser inspeccionada por los saltadores antes de comenzar a saltar en ella.
- Mantenga todos los objetos que puedan interferir con el saltador alejados de la cama elástica. Sea consciente de lo que haya encima, debajo y alrededor de la cama elástica.
- Para prevenir el uso no autorizado y sin supervisión, la cama elástica y su recinto deben asegurarse cuando no la utilice.

RECOMENDAÇÕES PARA REDUZIR O RISCO DE ACIDENTES

Todos os usuários devem ser supervisionados, independentemente do nível de destreza ou a idade.

Papel dos usuários na prevenção de acidentes:

- É essencial manter o controle dos saltos. NÃO avance fazendo manobras mais difíceis até dominar os saltos básicos.
- A educação também é essencial na segurança.
- Leia, compreenda e pratique todas as medidas de segurança e advertências antes de usar a cama elástica. Um salto controlado é aquele que cai no mesmo ponto de início. Para recomendações e instruções adicionais sobre segurança, entre em contato com um instrutor certificado na prática de exercícios em camas elásticas.

Papel do proprietário ou supervisor na prevenção de acidentes:

- Os supervisores devem compreender e fazer cumprir todas as medidas e instruções de segurança. O supervisor é responsável de proporcionar recomendações e orientação especializada a todos os usuários da cama elástica.
- Em caso de uma supervisão inapropriada, a cama elástica deverá ser armazenada num local seguro e desmontada para evitar usos não autorizados, ou pode ser coberta com uma lona pesada que possa ser assegurada com cadeados ou correntes.

MEDIDAS DE SEGURANÇA ADICIONAIS DA CAMA ELÁSTICA

USUÁRIOS

- Suba e desça da cama elástica cuidadosamente e de maneira controlada. Jamais pule para ou desde a cama elástica nem a utilize como uma plataforma para saltar para outros objetos.
- Sempre aprenda os saltos básicos e domine cada tipo de salto antes de tentar outros mais difíceis. Consulte a seção “Saltos básicos com a cama elástica” para aprender a realizar os saltos básicos.

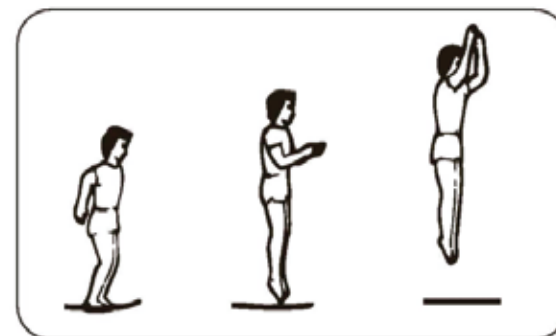
- Para frear um salto, flexione os joelhos ao cair em pé sobre a lona.
- Sempre mantenha o controle quando saltar na cama elástica.
- Um salto controlado é aquele que cai no mesmo ponto onde foi iniciado. Se em algum momento você sentir que está perdendo o controle, tente parar.
- Não salte ou rebote por períodos prolongados. Não realize vários saltos elevados de maneira consecutiva.
- Mantenha os olhos fixos na lona para manter o controle, a fim de evitar perder o controle e o equilíbrio.

SUPERVISORES

- Aprenda sobre os saltos básicos e as medidas de segurança. Para evitar e reduzir os riscos de lesão, faça cumprir todas as medidas de segurança e assegure-se de que os novos usuários aprendam os saltos básicos antes de tentarem outros mais difíceis e avançados.
- Para frear um salto, flexione os joelhos ao cair em pé sobre a lona.
- Sempre mantenha o controle quando saltar na cama elástica.
- Um salto controlado é aquele que cai no mesmo ponto onde foi iniciado. Se em algum momento você sentir que está perdendo o controle, tente parar.
- Não salte ou rebote por períodos prolongados. Não realize vários saltos elevados de maneira consecutiva.
- Mantenha os olhos fixos na lona para manter o controle, a fim de evitar perder o controle e o equilíbrio.

Ejercicios básicos en el trampolín Exercícios básicos no trampolim

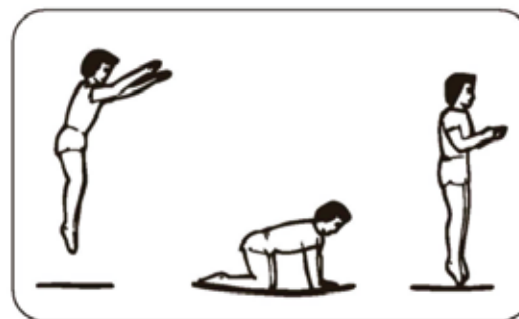
Rebote básico Rebote básico



1. Comience de pie con la cabeza erguida y la vista fija en la lona.
2. Oscile los brazos hacia adelante y arriba en movimiento circular.
3. Junte los pies con los dedos apuntando hacia abajo mientras está en el aire.
4. Mantenga los pies separados unas 15 pulgadas cuando caiga a la lona.

1. Comece e pé com a cabeça erguida e a vista fixa na lona.
2. Oscile os braços para frente e para cima em um movimento circular.
3. Junte os pés com os dedos apontando para baixo enquanto estiver no ar.
4. Mantenha os pés separados umas 15 polegadas enquanto estiver caindo na lona.

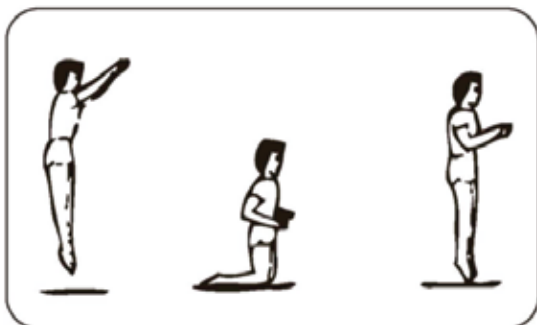
Caída de manos y rodillas Queda de mãos e joelhos



1. Comience de pie con la vista fija en la lona.
2. Caiga en la lona sobre las manos y rodillas.
3. Empuje con las manos y regrese a la posición erguida.

1. Comece de pé com a vista fixa na lona.
2. Caia na lona sobre as mãos e os joelhos.
3. Empurre com as mãos e regresse à posição erguida.

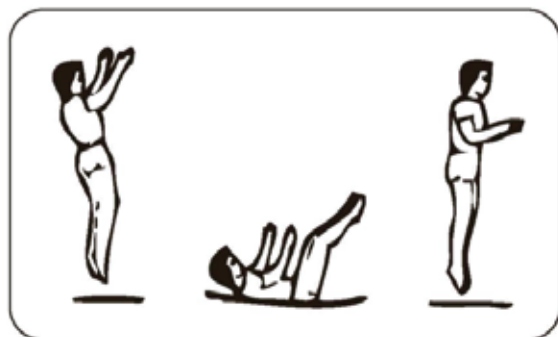
Caída de rodillas Queda de joelhos



1. Comience de un rebote bajo.
2. Caiga de rodillas manteniendo la espalda recta y el cuerpo erguido.
3. Regrese a la posición erguida.

1. Comece com um rebote baixo.
2. Caia de joelhos mantendo as costas retas e o corpo erguido.
3. Regresse à posição erguida.

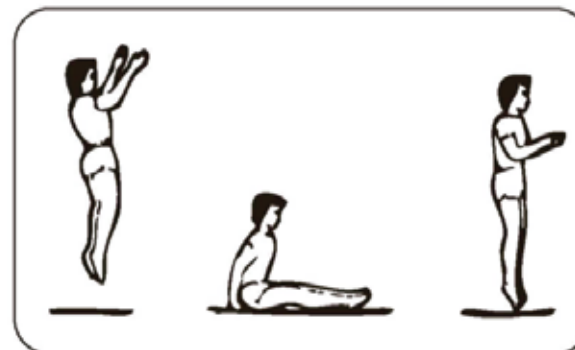
Caída de espalda Queda de costas



1. Comience con un rebote bajo y caiga de espalda.
2. Mantenga la barbilla apoyada en el pecho durante la caída.
3. De un puntapié hacia adelante y arriba con las piernas cuando regrese a la posición erguida.

1. Comece com um rebote baixo e caia de costas.
2. Mantenha o queixo apoiado no peito durante a sua queda.
3. Dê um pontapé para frente e para cima com as pernas enquanto regressar com a posição erguida.

Caída sentado Queda sentado



1. Caiga en posición sentado plano.
2. Ponga las manos en la lona al lado de las caderas.
3. Empuje con las manos cuando regrese a la posición erguida.

1. Caia na posição sentado plano.
2. Coloque as suas mãos na lona ao lado do quadril.
3. Empurre com as mãos quando regressar à posição erguida.

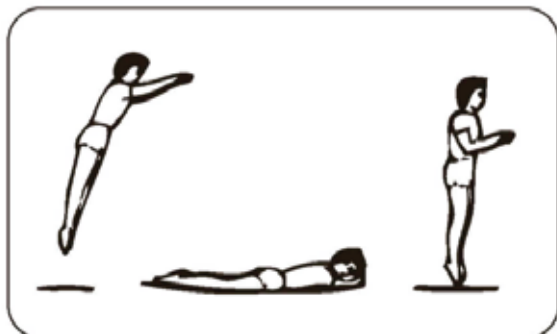
Media vuelta Meia volta



1. Comience boca abajo y empuje hacia la izquierda o derecha con las manos.
2. Mantenga la cabeza y los hombros en la misma dirección.
3. Mantenga la espalda paralela a la lona y la cabeza erguida.
4. Después de completar la media vuelta, caiga boca abajo.

1. Comece com a boca para baixo e empurre para a esquerda ou para a direita com as suas mãos.
2. Mantenha a cabeça e os ombros no mesmo sentido.
3. Mantenha as costas paralelas à lona e a cabeça erguida.
4. Depois de completar a meia volta, caia com a boca para baixo.

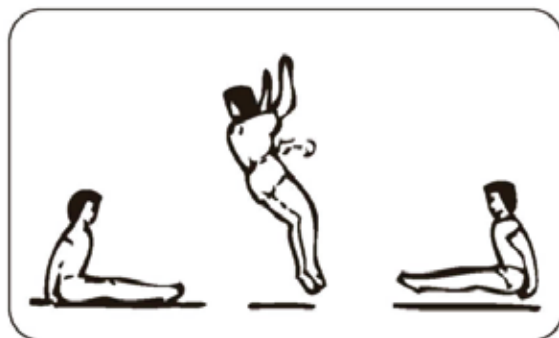
Caída de frente Queda de frente



1. Comience con un rebote bajo y caiga boca abajo en la lona.
2. Mantenga la cabeza erguida y los brazos extendidos hacia adelante sobre la lona.
3. Empuje con los brazos para regresar a la posición de pie.

- 1 - Comece com um rebote baixo e caia com a boca para baixo na lona.
- 2 - Mantenha a cabeça erguida e os braços estendidos para frente sobre a lona.
- 3 - Empurre com os braços para regressar à posição de pé.

Giro de caderas Giro de quadril



1. Comience con la caída sentado.
2. Gire la cabeza y lance los brazos hacia arriba y a la izquierda o derecha.
3. Las caderas giran en el mismo sentido completando la vuelta.
4. Caiga sentado.

- 1 - Comece com a queda sentado.
- 2 - Gire a cabeça e lance os braços para cima e para a esquerda ou para a direita.
- 3 - Os quadris giram no mesmo sentido, completando a volta.
- 4 - Caia sentado