

# GADNIC

MANUAL DE USUARIO

CÁMA ELÁSTICA  
*T8FT*



**TRAMP08F**

# ¡ADVERTENCIA!

**USTED DEBE LEER CUIDADOSAMENTE LAS INSTRUCCIONES DE ENSAMBLE, MANTENIMIENTO Y USO DE SU TRAMPOLÍN ANTES DE UTILIZAR EL TRAMPOLÍN ASÍ COMO DE LA RED DE PROTECCIÓN**



**NO** intente o permita volteretas, así como caídas de cabeza o con el cuello pues pueden causar graves lesiones, parálisis o la muerte.



**NO** permita que más de una persona salte en la lona elástica. El uso por más de una persona al mismo tiempo puede resultar en lesiones graves.

Use el trampoline siempre con la supervisión de un adulto que conozca el producto y que haya leído este instructivo. / Los niños no deben permanecer solos en el trampoline. / El peso máximo del usuario no deberá exceder de los 100 kg.

# SEGURIDAD GENERAL

## INSTRUCCIONES

**ANTES DE USAR EL TRAMPOLÍN:** Lea y entienda toda la información contenida en este manual. Existe el riesgo de lastimarse al estar usando el trampolín. Para prevenir cualquier lesión, asegúrese de seguir los señalamientos de seguridad.

Consulte siempre a su médico para conocer su estado físico. Siempre controle la cama elástica antes de que sea usada: verifique que todas las piezas estén en su lugar, que no hubiere piezas faltantes o rotas. No se recomienda el uso de más de una persona por vez. Podría causar accidentes.

Si la cama elástica fuera utilizada por menores, deberán estar acompañados y ser supervisados SIEMPRE por un mayor responsable.

No utilice calzado. Se recomienda el uso de medias.

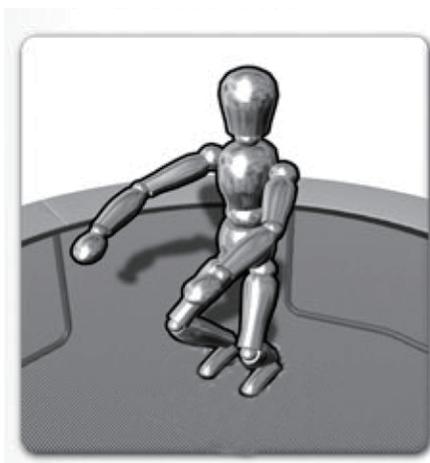
No lleve consigo objetos cortantes de ningún tipo.

Si comenzara a sentirse mareado por algún motivo mientras utiliza la cama elástica, descienda de la misma con cuidado y con movimientos lentos. Recuéstese sobre el terreno. Pida ayuda o asistencia.

Siempre siga las instrucciones de este manual para el armado de la cama elástica, su cuidado y mantenimiento. Es muy importante verificar periódicamente el estado de este producto. De no hacerlo, podrían causarse graves accidentes.

La cama elástica debe ser armada sobre césped.

## INFORMACIÓN SOBRE EL USO DEL TRAMPOLÍN



**PARA COMENZAR,** se debe acostumbrar al trampolín y conocer el rebote que tendrá con cada salto.

**ANTES DE INTENTAR SALTAR DEMASIADO** se debe tener conocimiento de la forma en que se puede detener el rebote. Esto evitará lesiones. Cuando el usuario aterrice, las rodillas deberán estar dobladas para absorber el rebote y los brazos extendidos para lograr un mayor equilibrio. La posición de aterrizaje se muestra en la imagen de la izquierda.

**Esta técnica deberá ser utilizada cuando el usuario quiera detenerse debido a la fatiga o pérdida de control.**



**SALTOS MORTALES: NO REALIZAR** saltos mortales de ningún tipo (hacia atrás o hacia adelante) en este trampolín. Si el usuario comete un error cuando está tratando de realizar un salto mortal, podría aterrizar con la cabeza o el cuello. Esto podría causar lesiones graves en la espalda o el cuello, resultando en la muerte o parálisis.



**OBJETOS EXTRAÑOS: NO UTILIZE** la cama elástica si hubiera mascotas o personas debajo de la misma. Esto incrementa la posibilidad de que un accidente ocurra. No coloque objetos sobre la cama elástica mientras alguien esté saltando.



**FALTA DE MANTENIMIENTO DEL TRAMPOLIN:** Una cama elástica que no esté en condiciones podría causar daños irreparables y graves accidentes. Por favor recuerde verificar el mantenimiento de la misma antes de cada uso.

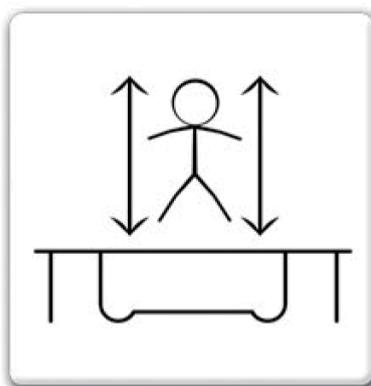


**CONDICIONES DEL CLIMA:** si estuviera lloviendo o hubiera llovido y la tela elástica se encontrara húmeda o mojada, podría ocasionar graves daños por accidentes. Si hubiera vientos fuertes, el usuario podría perder el control.



**ACCESO RESTRINGIDO:** Cuando la cama elástica no esté siendo utilizada, guarde la escalera, si su modelo lo incluye, para evitar que los menores puedan hacer uso de ella sin supervisión de adultos responsables

## RIESGO DE ACCIDENTES



**Para reducir el riesgo de un accidente el usuario del trampolín debería mantener:**

Siempre mantener el control de sus saltos y de la posición de su cuerpo. No intente llevar a cabo las habilidades que están más allá de su propio nivel de competencia.

Realice los saltos de la manera correcta: salte y aterrice al centro de la cama elástica.

Siempre salte verticalmente y evite saltar cerca de los resortes o en la orilla.

**Para reducir el riesgo de accidentes, el SUPERVISOR deberá:**

Entender las medidas de seguridad.

Guiar al usuario del trampolín y proporcionarle información acerca del uso correcto del mismo.

Estar atento e informar a los usuarios cuando estén haciendo uso indebido del trampolín.

**IMPORTANTE: Si el trampolín no puede ser usado bajo la supervisión de un adulto, debe haber una manera de prevenir que alguien haga uso del trampolín hasta que pueda ser supervisado su uso.**

## INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD

### PRECAUCIONES MIENTRAS SE ESTA USANDO EL TRAMPOLÍN



**SUBIR Y BAJAR DEL TRAMPOLÍN:**

Siempre descienda de la cama elástica con precaución, y si la hubiera, utilizando la escalera de la misma. No descienda de la cama elástica saltando.



**USO DE SUSTANCIAS:**

No utilice la cama elástica si estuviera bajo los efectos del alcohol o drogas.



**MÚLTIPLES USUARIOS:**

No debe ser utilizada por más de una persona por vez. No cumplir esta instrucción podría causar graves accidentes.



**EVITA SALTAR CERCA DE LOS RESORTES:**

Siempre salte verticalmente y evite saltar cerca de los resortes en los extremos.



**NO INTENTE REALIZAR VOLTERETAS:**

Siempre mantenga el control de sus saltos y de la posición de su cuerpo. No intente llevar a cabo las habilidades que están más allá de su propio nivel de competencia.

# TÉCNICAS DE SALTO

## HABILIDADES BÁSICAS



### HABILIDAD 1: Rebote Básico

Comience desde la posición de inicio, con los pies separados a nivel de sus hombros y la mirada en el trampolín.

Balancee los brazos hacia adelante y hacia arriba de manera circular.

Coloque piernas y pies juntos en el aire.

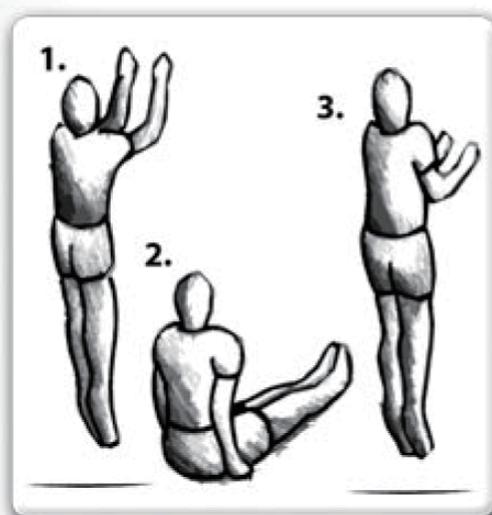
Aterrice con la posición con la que comenzó.

### HABILIDAD 2: Rebote con rodilla

Comience con un salto básico.

Aterrice con sus rodillas abiertas a la altura de los hombros, manteniendo la espalda recta y firme. Use los brazos para mantener el equilibrio.

Rebote de regreso a la posición básica. Ayúdese moviendo los brazos por encima de la cabeza.



### HABILIDAD 3: Rebote sentado

Comience con un salto básico.

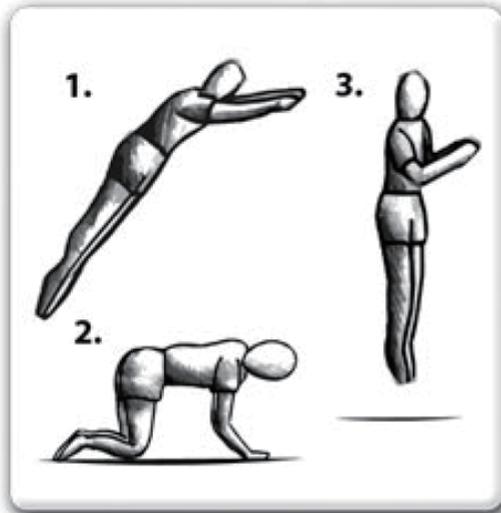
Aterrice sentado con las piernas extendidas frente a usted y las manos a su costado.

Use el rebote y el apóyese en las manos para regresar a la posición de pie.

**IMPORTANTE: Por su seguridad, por favor consulte a un experto antes de intentar habilidades más avanzadas**

# TÉCNICAS DE SALTO

## HABILIDADES AVANZADAS



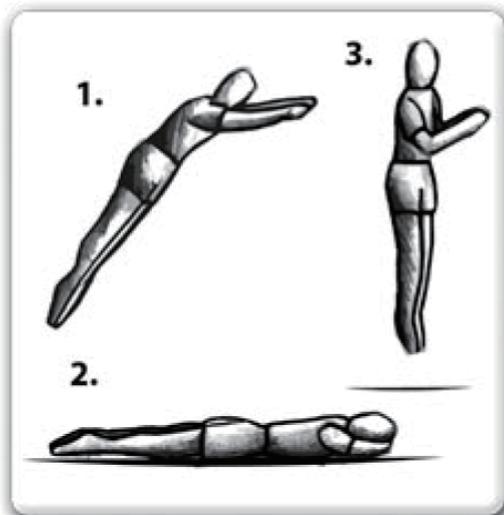
### HABILIDAD 4: Rebote Avanzado

Comience con un rebote básico. Aterrice con sus manos y rodillas al mismo tiempo, asegúrese que la espalda está en posición horizontal a la cama elástica. Las rodillas y manos deberían estar abiertas a nivel de los hombros.

Utilice el rebote a su favor y empújese con las manos para regresar a la posición de pie.

### HABILIDAD 5: Manos y rodillas al frente

Aterrice con sus manos y rodillas al mismo tiempo, asegúrese que la espalda está en posición horizontal a la cama elástica. Las rodillas y manos deberán estar abiertas a nivel de los hombros. Mantenga una posición horizontal, estire las piernas y doble los brazos frente a su rostro para aterrizar boca-abajo. Asegúrese que el aterrizaje se haga con todo el cuerpo tocando la cama elástica al mismo tiempo. Empújese con los brazos y póngase de pie de nuevo.



### HABILIDAD 6: Caída frontal

Comience con un rebote básico. Mantenga una posición horizontal, estire las piernas y doble los brazos frente a su rostro para aterrizar boca-abajo.

Asegúrese que el aterrizaje se haga con todo el cuerpo tocando la cama elástica al mismo tiempo. Empújese con los brazos y póngase de pie de nuevo.

## CUIDADOS Y MANTENIMIENTO

Este trampolín fue diseñado y fabricado con materiales de calidad. Si se le da un buen cuidado y mantenimiento, lo podrá disfrutar durante años. Por favor siga los siguientes lineamientos:

Éste trampolín fue diseñado para soportar cierta cantidad de peso. Por favor asegúrese de que solamente haya una persona utilizándolo a la vez. Esa persona deberá de pesar menos de 100 kG. La persona que lo utilice deberá de usar calcetines, calzado de gimnasia, o estar descalzo. NO deberá usar zapatos de calle o cualquier otro tipo de calzado no adecuado para el trampolín. No permita mascotas sobre el trampolín. También deberá evitar subir al trampolín con cualquier objeto filoso que pueda dañar la cama elástica.

Siempre verifique el trampolín antes de usarlo. Busque que el equipo esté libre de cualquiera de estas condiciones:

- Agujeros o rasgaduras en la cama elástica.

- Que la cama elástica este caída o floja

- Cualquier tipo de deterioro en la cama elástica.

- Resortes rotos o faltantes.

- Que la cubierta del marco este dañada, mal amarrada o que no esté colocada.

- Que cualquier componente del trampolín forme figuras extrañas (especialmente filosas)

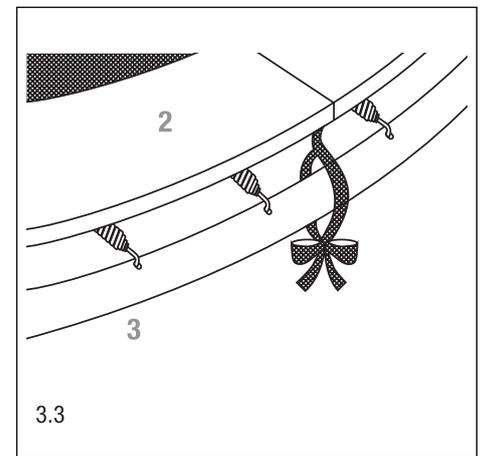
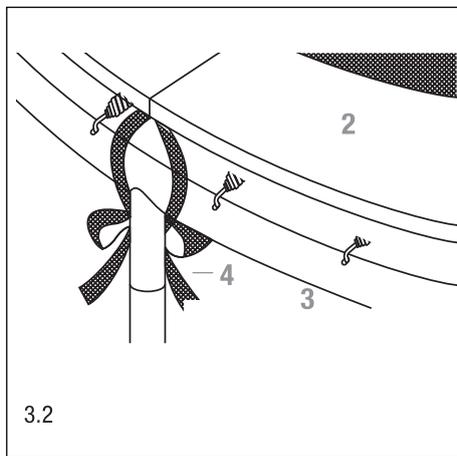
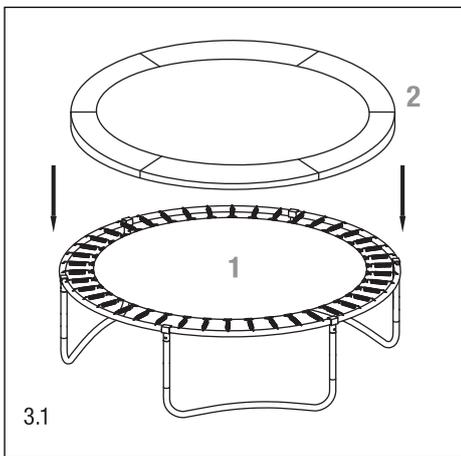
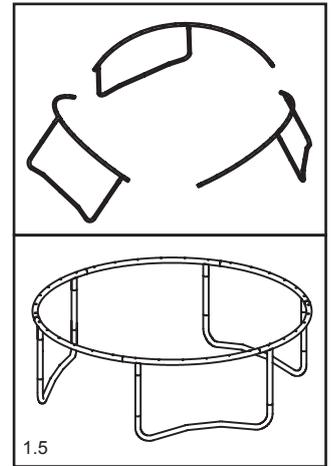
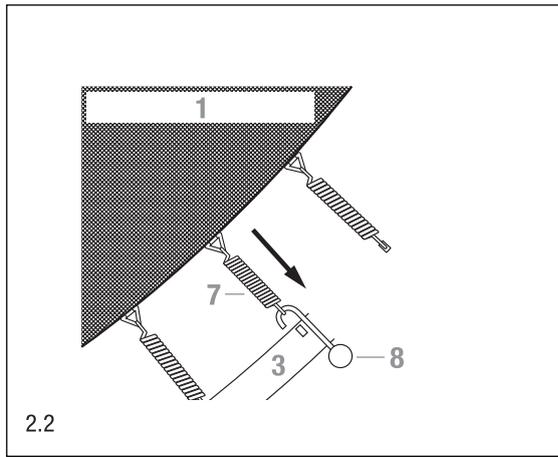
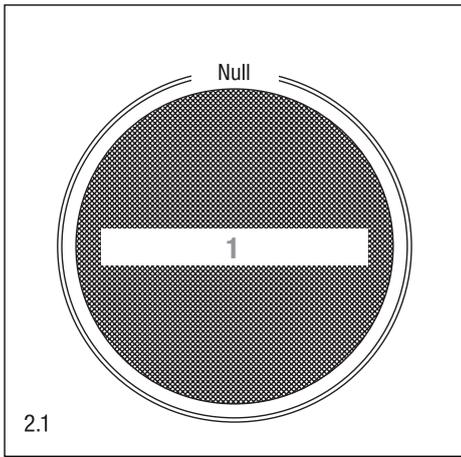
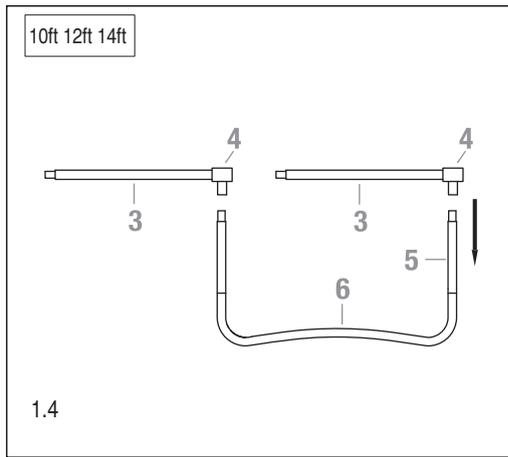
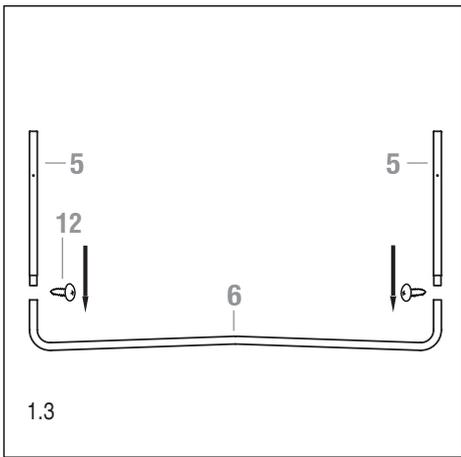
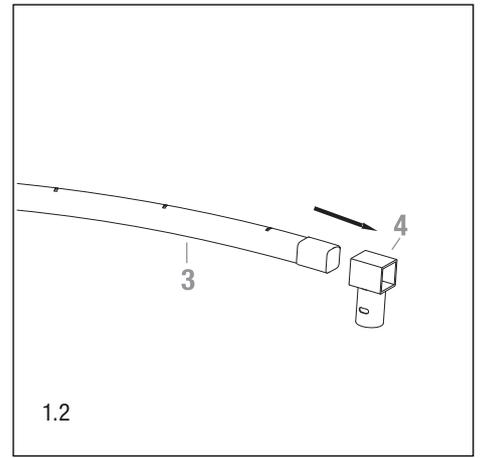
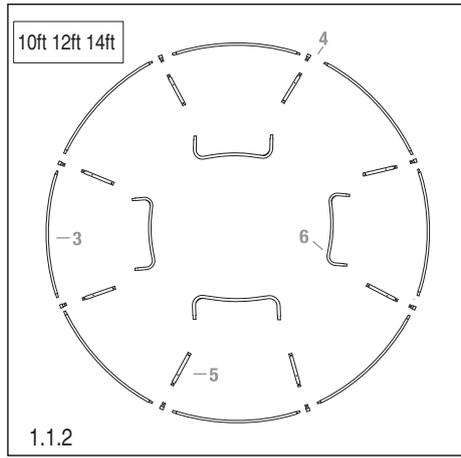
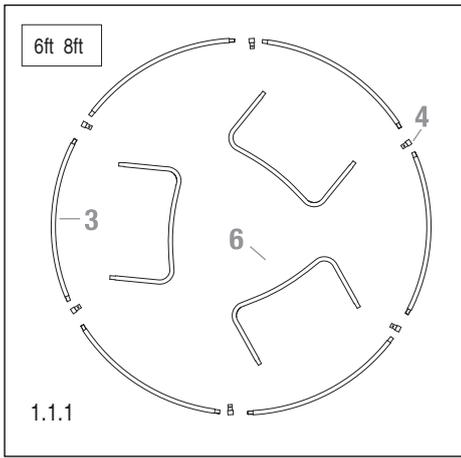
**SI ENCUENTRA EL TRAMPOLÍN EN CUALQUIERA DE LAS CONDICIONES ANTES MENCIONADAS, EL TRAMPOLÍN DEBERÁ SER DESARMADO Y GUARDADO MIENTRAS SE RESUELVE LA SITUACIÓN.**

### CONDICIONES DE VIENTO

En situaciones de viento extremo, el trampolín podría ser arrastrado por el viento. Si hay pronóstico de viento, usted deberá desarmar el trampolín y guardarlo, o en su defecto, moverlo a un lugar cubierto del viento. Otra opción es amarrar el equipo al suelo usando estacas y cuerdas.

### MOVER EL TRAMPOLÍN

Si usted necesita mover el trampolín, dos personas deberán hacerlo. Coloque cinta alrededor de los puntos de conexión para evitar que el marco se desarme mientras mueve el trampolín. Para moverlo, levante ligeramente del suelo el equipo y manténgalo horizontal al suelo. Para cualquier otro tipo de movimiento, usted deberá desarmar el equipo.



Todas las ilustraciones son ejemplos de diseño.

