



Montering, drift og vedlikehold
NORSK BRUKERVEILEDNING
Installation, drift och underhåll
SVENSK BRUKSANVISNING

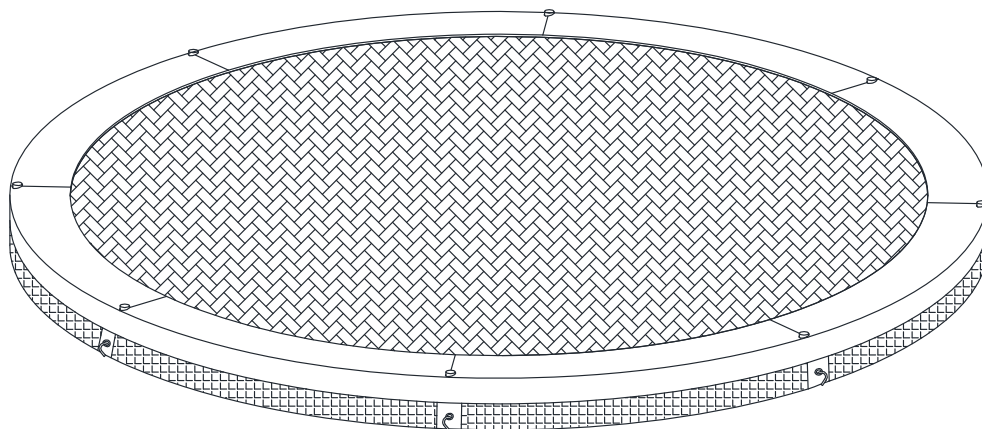
Art No.:

366cm: 372956/57

426cm: 372958/59

366cm & 426cm NEDGRAVD TRAMPOLINE V2

366cm & 426cm NEDGRÄVD STUDSMATTA V2



VIKTIG NO-DK-SE

- LES OG FORSTÅ INSTRUKSJONENE I DENNE BRUKERVEILEDNINGEN FØR DU MONTERER TRAMPOLINEN OG TAR DEN I BRUK.
- SPAR DENNE BRUKERVEILEDNINGEN FOR FREMTIDIG REFERANSE.
- MAKS BRUKERVEKT ER 366cm 100kg, 426cm 110kg.
- KUN EN PERSON KAN BRUKE DENNE TRAMPOLINEN AV GANGEN.
- BARN BØR IKKE BRUKE DENNE TRAMPOLINEN UTEN OPPSYN.
- TRAMPOLINEN ER IKKE EGNET FOR BARN UNDER 14 ÅR
- LÄSA OCH FÖRSTÅ ANVISNINGARNA I DENNA HANDBOK INNAN DU INSTALLERAR STUDSMATTA, SÄKERHETSNETT OCH BÖRJA ANVÄNDA DEN.
- SPARA DESSA INSTRUKTIONER FÖR FRAMTIDA REFERENS.
- MAXVIKT ÄR 366CM 100KG, 426CM 110KG.
- ENDAST EN PERSON KAN ANVÄNDA STUDSMATTAN ÅT GÅNGEN.
- BARN BÖR INTE ANVÄNDA DENNA STUDSMATTA UTAN TILLSYN.
- INTE LEMPLIG FÖR BARN UNDER 14 ÅR

Størrelser, montert:
366cm: Ø366 x 20 cm
426cm: Ø426 x 20 cm

Importør: Mylna Sport AS

www.mylناسport.no

KUNDESERVICE Vennligst se siste side for service informasjon
Vänligen se den sista sidan för serviceinformation.



Takk for at du valgte dette produktet. Vi håper du vil sette pris på det. Montering av denne trampolinen kan ta over en time, og det kan bli nødvendig med hjelp av en annen person.



WARNING! MAX 366cm 100kg, 426cm 110KG

MONTERING OG FLYTTING AV TRAMPOLINEN

Monter denne trampolinen der den skal være i bruk.



FLYTTING AV TRAMPOLINEN

Det krever to eller tre personer for å flytte denne trampolinen. Løft trampolinen forsiktig opp fra bakken, og hold den horisontal og parallell til underlaget. For alle andre typer flytting anbefales det at du demonterer trampolinen først.



Det anbefales på det sterkeste at trampolinen ikke brukes uten sikkerhetsnett.

Denne trampolinen er ikke utstyrt med et nett. Kjøp den selv eller forbered et nett til å bruke sammen. Dersom du ser trampolinen bli brukt uten sikkerhetsnett, bør du umiddelbart stanse aktiviteten og montere et nett. Det er viktig at trampolinen har nok rom på alle sider. Ikke plasser trampolinen nære vegger, strukturer, gjerder eller andre lekeområder. Sørg for at alle sidene rundt trampolinen er tomme.



Ikke tillat bruk av trampolinen under uvær og når det blåser. Sterk vind kan løfte trampolinen, og forårsake skader. Dersom det er meldt sterk vind bør trampolinen enten demonteres eller flyttes til et skjermet område, for å være sikker på at den ikke blir tatt av vinden.

INTRODUKSJON

Før du tar trampolinen i bruk må du forsikre deg om at du har lest og forstått innholdet i denne brukerveiledningen. Gjør deg kjent med følgende forholdsregler for å redusere risikoen for skader i forbindelse med bruk av denne trampolinen.

- ✧ Misbruk og uriktig bruk av denne trampolinen er farlig, og kan forårsake personskader.
- ✧ Trampoliner sender brukeren opp i uvante høyder og inn i forskjellige kroppsbevegelser.
- ✧ Inspiser trampolinen før hver bruk, og vær spesielt oppmerksom på slitte matter, og løse eller manglende deler.
- ✧ Denne brukerveiledningen inneholder instruksjoner for montering, stell, vedlikehold, sikkerhetsinstruksjoner og riktige hoppeteknikker. Brukere og oppsynspersoner må lese og gjøre seg kjent med disse instruksjonene. Alle som velger å bruke denne trampolinen må være oppmerksomme på deres egne begrensninger med hensyn til å utføre forskjellige hopp og triks med denne trampolinen.
- ✧ Advarsel. Kun til hjemmebruk.
- ✧ Advarsel om trampoliner som ikke er ment for barn under 36 måneder.

SNAKK MED EN LEGE FØR DU UTFØRER DENNE TYPEN AKTIVITET

- Maks 366cm 100kg, 426cm 110kg.
- Kun for hjemmebruk.
- Trampolinen må monteres av en voksen person i henhold til instruksjonene, og inspiseres før bruk.
- Kun én person kan bruke trampolinen av gangen. Flere personer på trampolinen kan føre til kollisjoner.
- Ta av deg sko før du benytter deg av trampolinen.
- Ikke bruk trampolinen dersom matten er våt.
- Tøm lommer og hender før du benytter trampolinen.
- Begrens hoppingen til midten av trampolinen.
- Ikke spis mens du benytter deg av trampolinen.
- Ikke avslutt økten ved å hoppe av trampolinen.
- Pass på å stanse hoppingen regelmessig.
- Fest trampolinen godt, og ikke bruk den i sterk vind.
- Trampolinen kan kun brukes utendørs.
- Nettet bør byttes ut annethvert år.
- Ikke grav trampolinestativet ned i bakken.
- Produktets dimensjoner: 12ft: 366 x 366 x 273 cm, 14ft: 426 x 426 x 273 cm
- Anbefalt friområde rundt trampolinen: 2 x 2 x 8 meter
- Inspiser trampolinen før bruk. Forsikre deg om at bolter, matta og putene sitter som de skal
- Ikke bruk trampolinen dersom deler mangler eller fremstår slitte eller ødelagte.
- Avslutt hoppingen umiddelbart dersom du føler deg svimmel eller dårlig.
- Ikke plasser trampolinen over sement, asfalt eller annen hard overflate; og ikke plasser den i nærheten av andre installasjoner, som for eksempel bassenger eller huskestativ.
- Modifikasjoner utført av brukeren (for eksempel montering av ekstraustyr) må utføres i henhold til produsentens instruksjoner.
- Sikkerhetsnettet er ment for å hindre brukeren i å falle av trampolinen, og ikke til å hoppes inn i.
- Inspiser trampolinen før bruk. Forsikre deg om at bolter, matte og putene sitter som de skal.
- Sjekk at alle deler og koblinger fortsatt er intakt og kan ikke bli flyttet under bruk.
- Kontroller alle overganger og skarpe kanter og erstatte når nødvendig.

HOPPEINSTRUKSJONER

- Vær oppmerksom på risikoene forbundet med uriktig eller for intensiv bruk av trampolinen.
- Lær grunnleggende kroppsstillinger og hopp før du forsøker å utføre mer avanserte triks. Du kan variere rutinene ved å utføre forskjellige kombinasjoner av grunnleggende hopp, både med og uten vertikale hopp mellom triksene.
- Stans hoppingen ved å bøye knærne når føttene kommer i kontakt med trampolineduken. Lær dette før du forsøker andre triks.
- Ikke hopp for høyt.
- Advarsel. Bruk ikke trampolinen i sterk vind og sikre trampolinen, helst med et anker sett.
- Hold deg til lave hopp frem til du kan hoppe og lande i midten av trampolinen uten problemer. Kontroll er viktigere enn høyde
- Pass på å alltid holde øynene på trampolinen når du hopper. Dette vil hjelpe med å kontrollere hoppingen.
- Ikke bruk trampolinen dersom du er trøtt eller sliten
- Hopp i korte økter.
- Ikke bruk trampolinen dersom du ikke er i god fysisk form.
- Kontakt en profesjonell instruktør for å lære flere triks og teknikker.
- Plasser trampolinen på et jevnt underlag, minst to meter fra andre strukturer eller hindre, som for eksempel gjerde, garasje, hus, grener, tørkestativ eller elektriske kabler.
- Ikke plasser trampolinen over sement, asfalt eller annen hard overflate; og ikke plasser den i nærheten av andre installasjoner, som for eksempel bassenger eller huskestativ.
- Vi anbefaler å sette trampolinen på et nivå på minst 2 m fra enhver obstruksjon som gjerde, garasje, hus, overhengende grener, elektriske ledninger osv.
- Det er ikke log å gjøre forandringer på trampolinen, som å tillegge den ting eller ta bort ting som gjør at risikoen for skader øker.

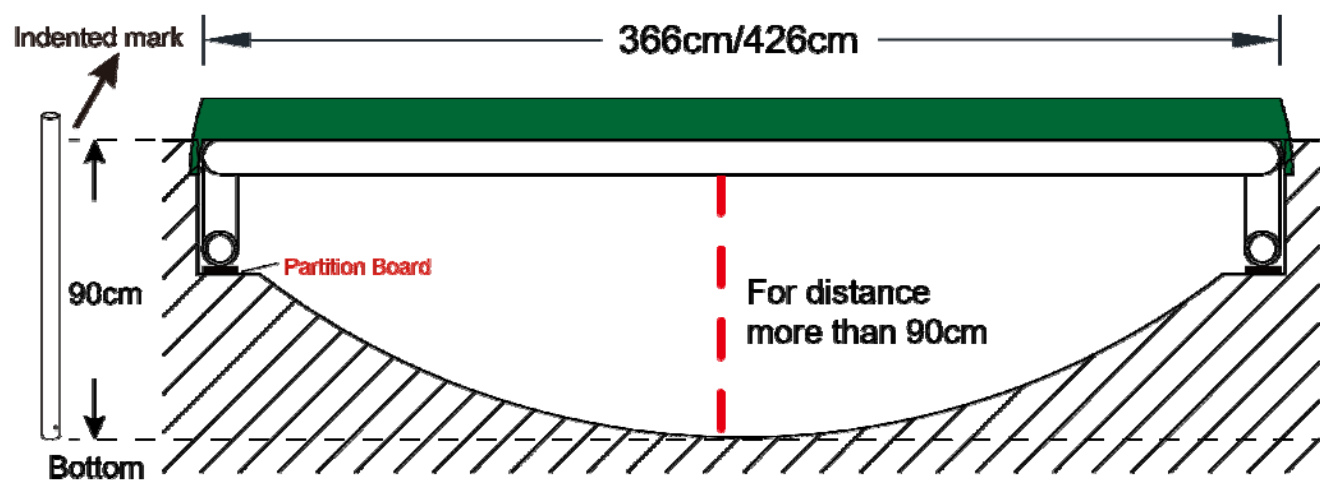
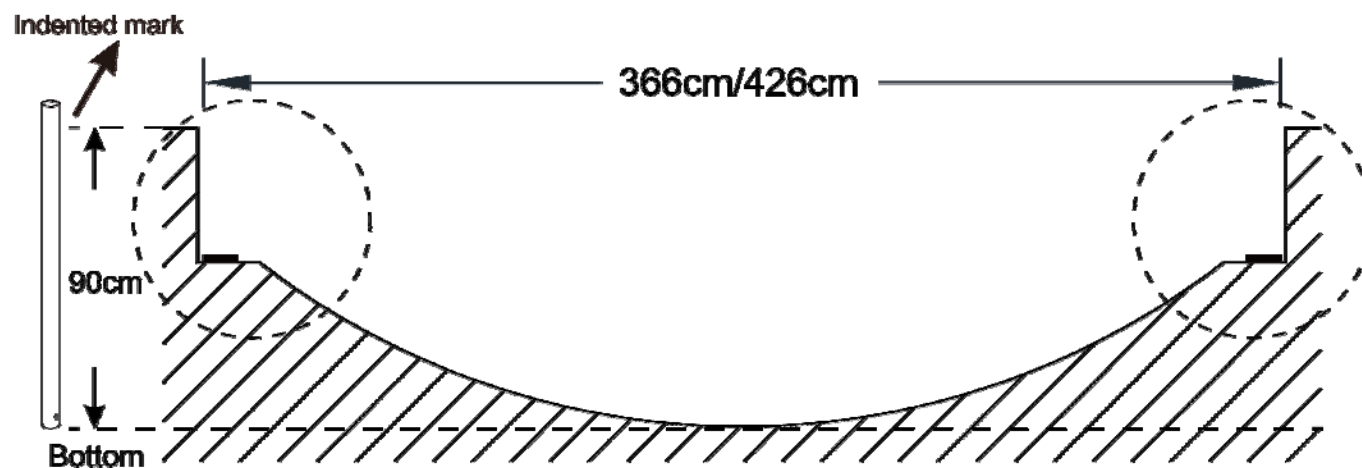
MONTERING OG DRIFT

- For at trampolinen skal være så sikker som mulig, følg monterings- og driftsinstruksjonene. Les nøye gjennom denne brukerveiledningen, og behold den for fremtidig referanse.
- Monteringsinstruksjoner:
Apparatet må monteres før bruk. Vennligst følg monteringsstegene i denne brukerveiledningen.
- Vi anbefaler at trampolinen er utstyrt med anker slik at det er trygt i sterk vind.
- Kontroller og sjekk alle koblinger slik at de er festet godt og at det ikke er noen skarpe kanter man kan skrape/kutte seg på.

Arbeidsillustrasjon

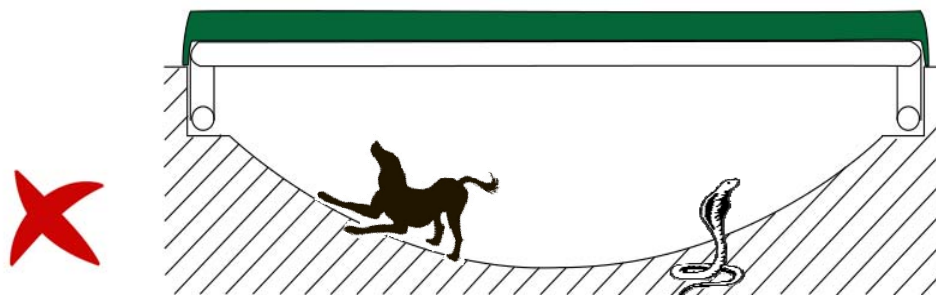
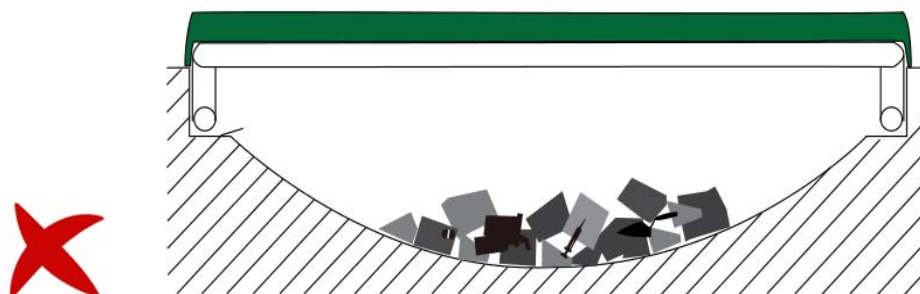
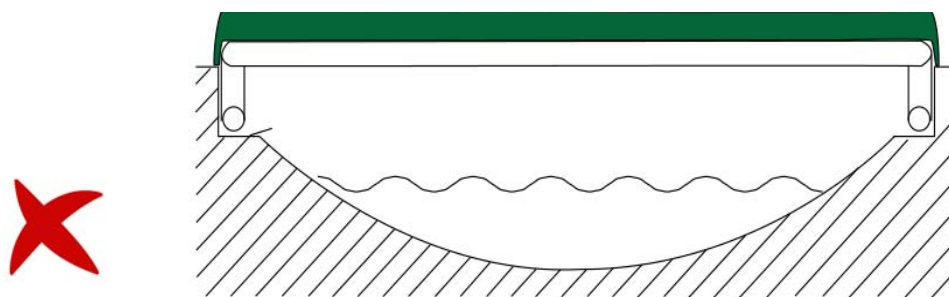
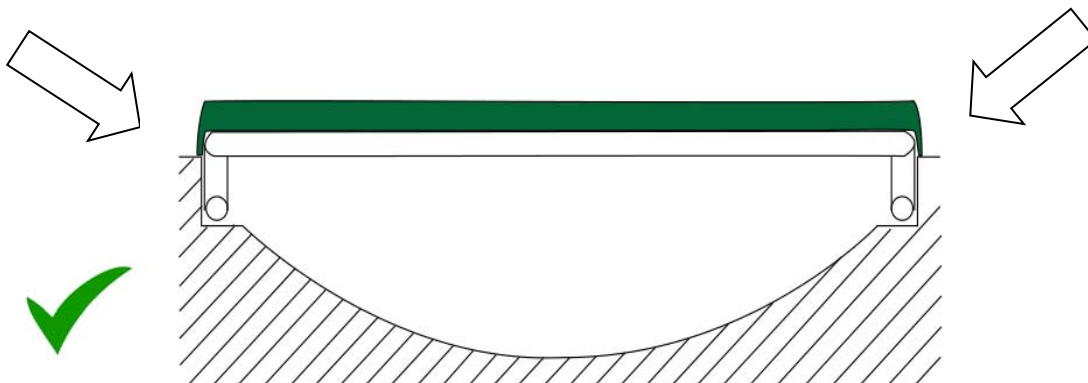
Grav en grop i henhold til følgende illustrasjon.

Grav en grop enligt följande illustration.



Advarsel!

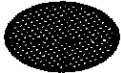
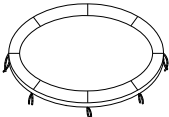
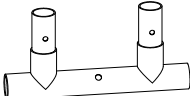
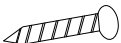
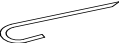
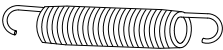
- Be Pass på at det ikke er noe i gropen før du starter å hoppe. Dette kan gi alvorlige skader.



Advarsel! Pass også på at det ikke er dyr eller lignende under trampolinen

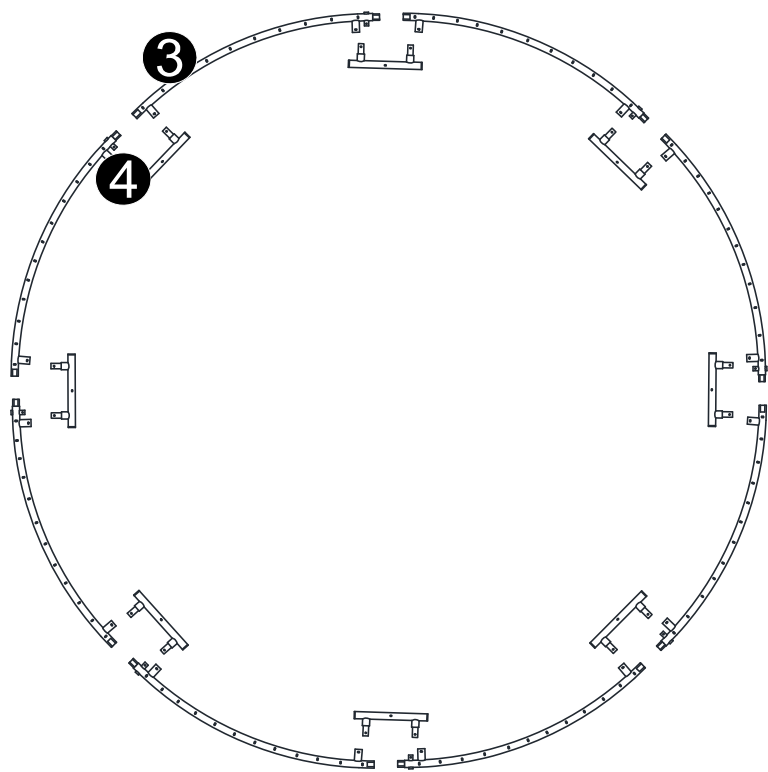
Deleliste

Lista över delar på studs matta

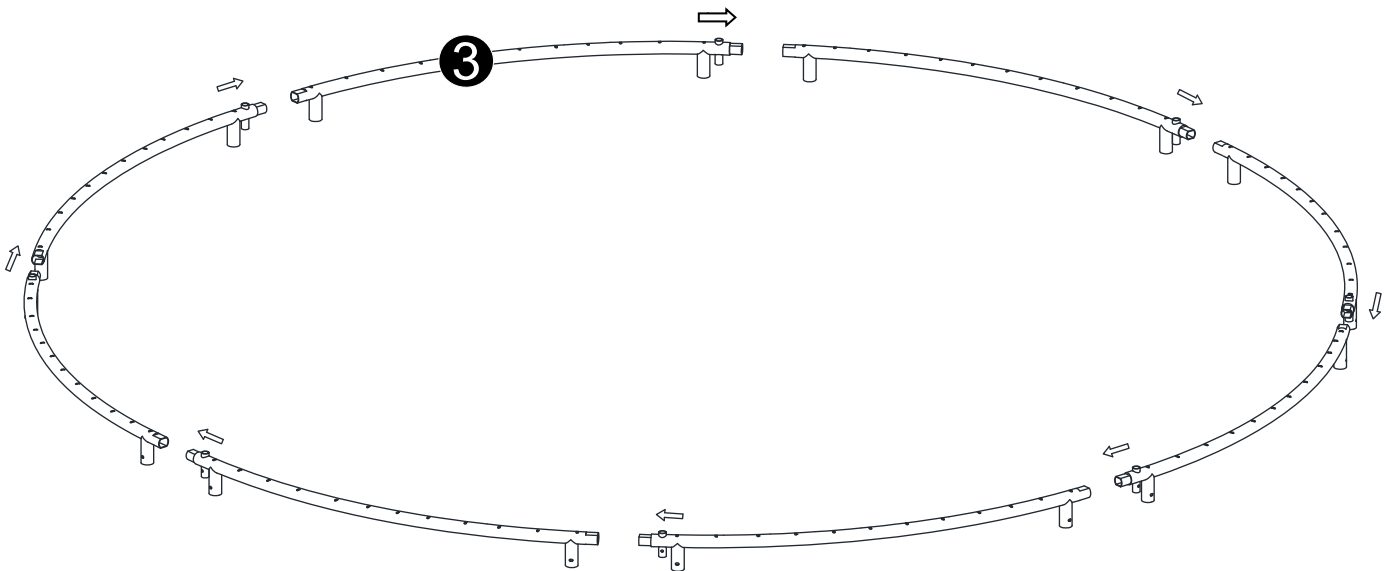
Deleliste	Diagram	Beskrivelse	Antall	
			366cm	426cm
1		Trampolineduk	1	1
2		Rammepute	1	1
3		Toppskinne med benbraketter	8	8
4		Benbase	8	8
5		Liten hette (til toppskinne)	8	8
6		Store hette (til benbase)	16	16
7		Liten springskive	16	16
8		Selvlåsende skrue	16	16
9		Ankersett	8	8
10		Unbrakonøkkel	1	1
11		Fjærverktøy	1	1
12		Galvaniserte fjærer (#1)	72	96
13		Galvaniserte fjærer (#2)	36	48

Montering

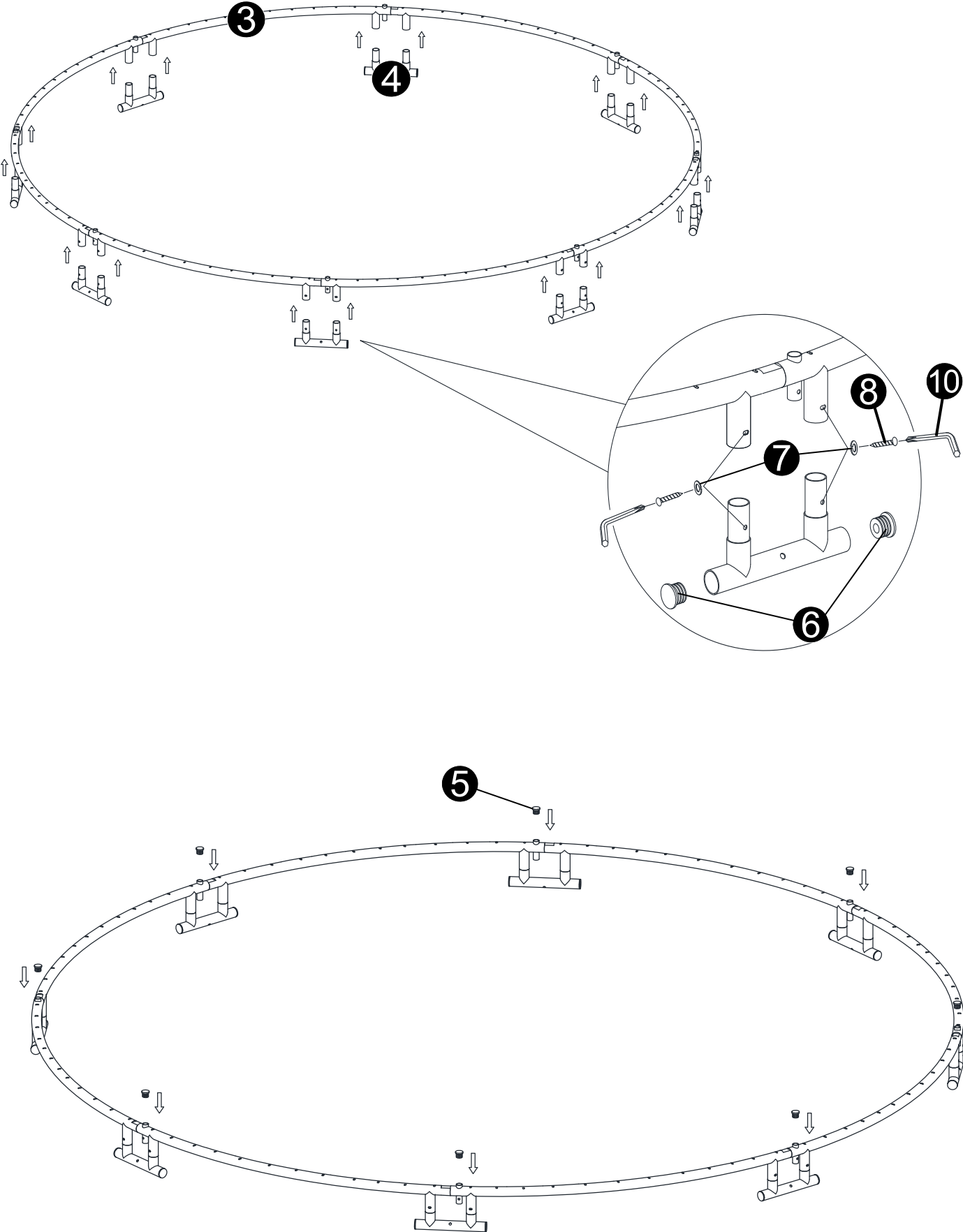
STEG 1



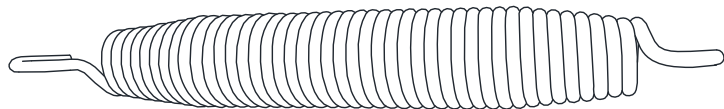
STEG 2



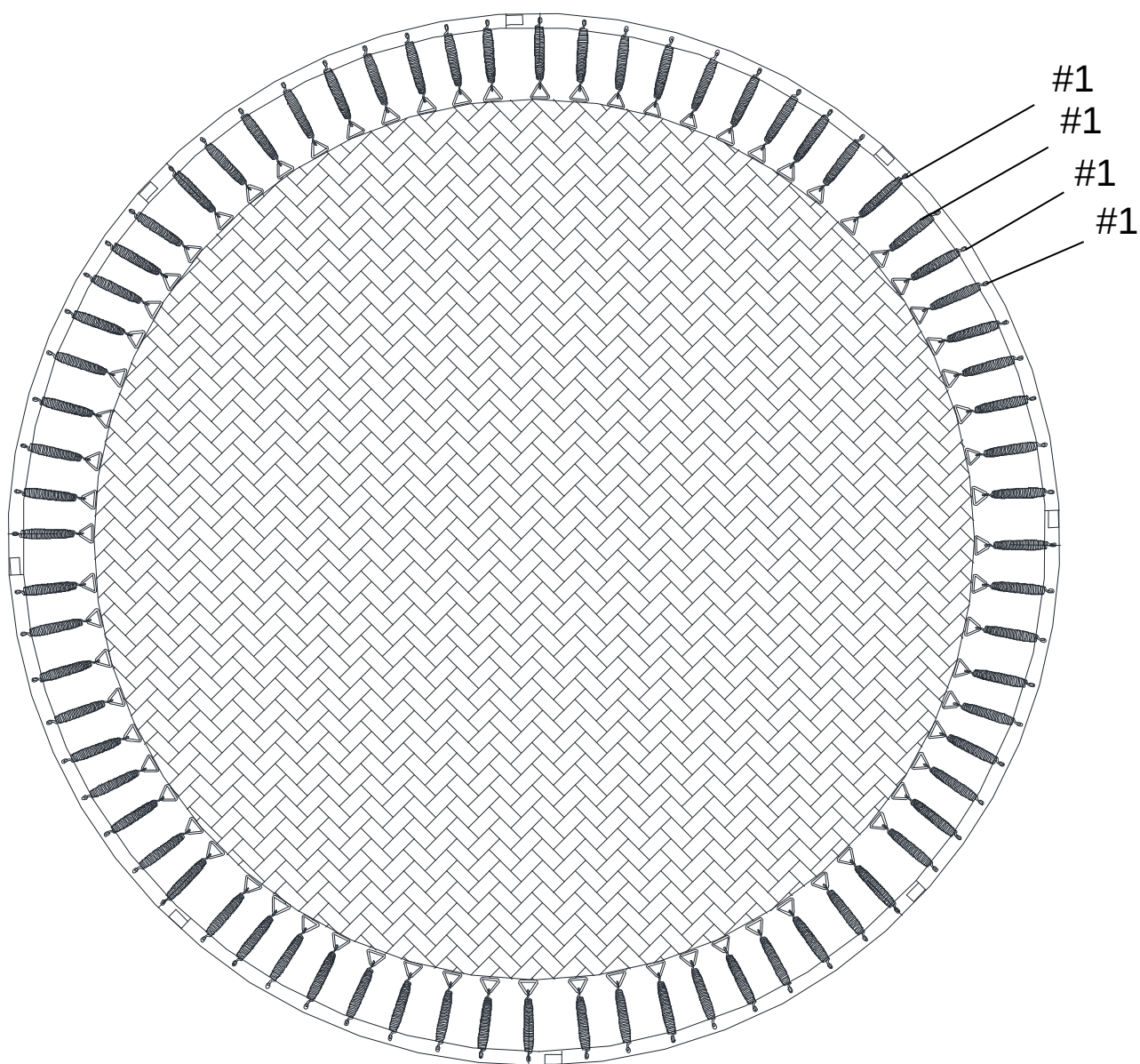
STEG 3



STEG 4-1



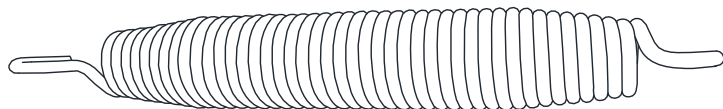
Normal fjær #1



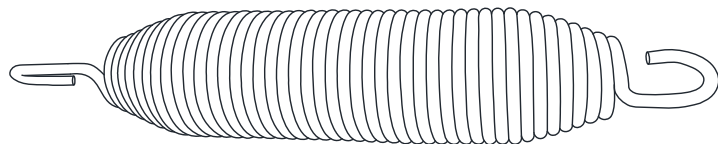
Monteringsmetode 1 :

Størrelse	Normal fjær #1	Tykk fjær #2	Maks brukervekt
366cm	72pcs		100 kg
426cm	96pcs		110 kg

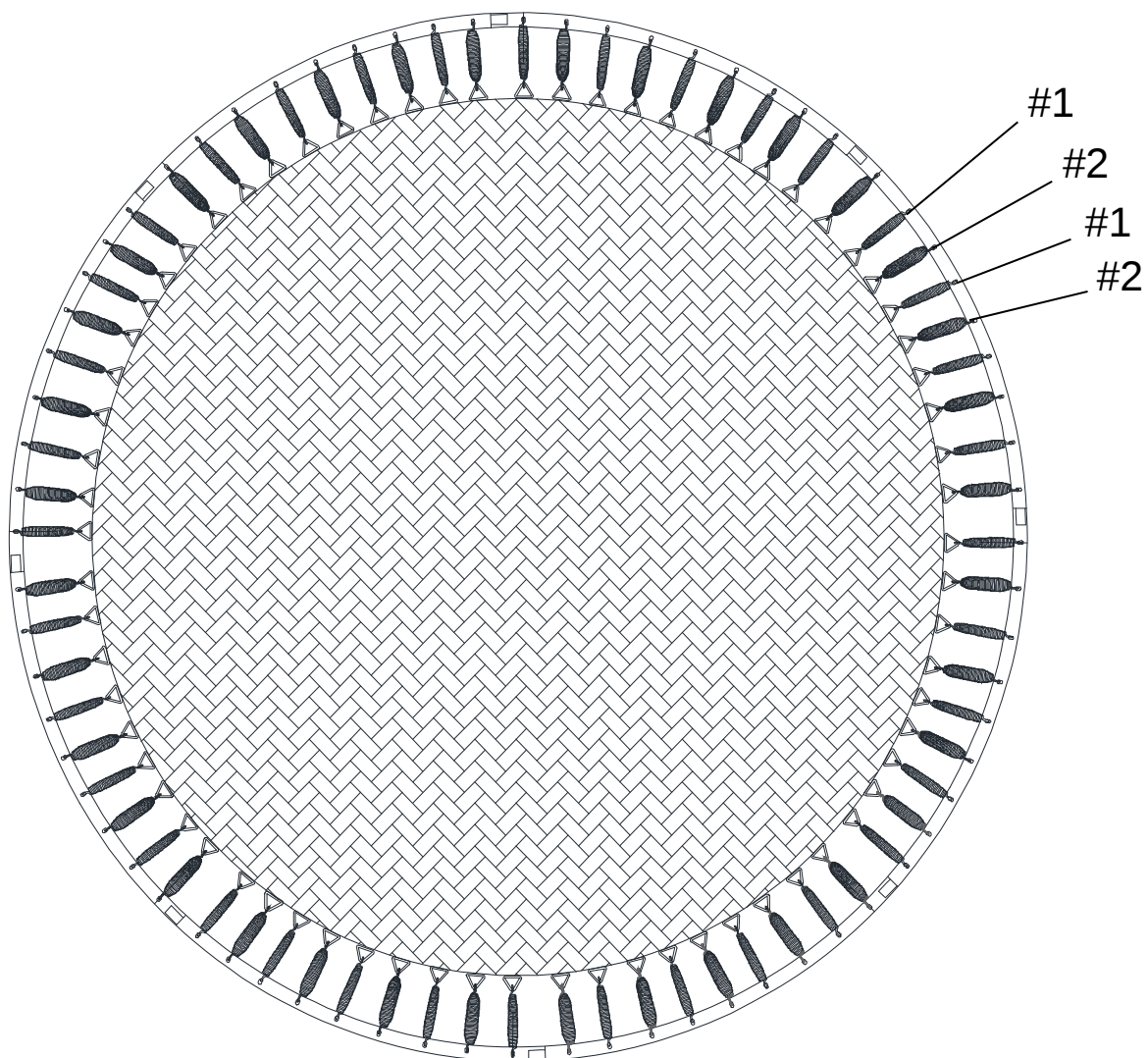
STEG 4-2



Normal fjær #1



Tykk fjær #2

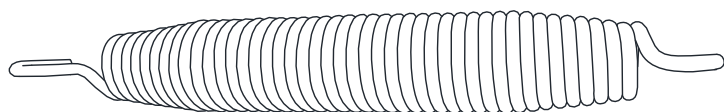


Monteringsmetode 2 :

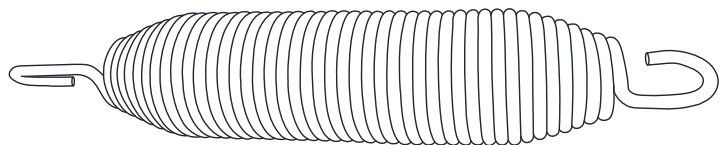
Størrelse	Normal fjær #1	Tykk fjær #2	Passer til vekt
366cm	36pcs	36pcs	35-50KG
426cm	48pcs	48pcs	35-50KG

NO/DK Tips: Pass på at fjærene settes på slik som vist på tegningen 1 normal fjær, 1 tykk fjær
SE Tips: Se till att fjädrarna är monterade enligt ritningen 1 normal fjäder, 1 tjock fjäder

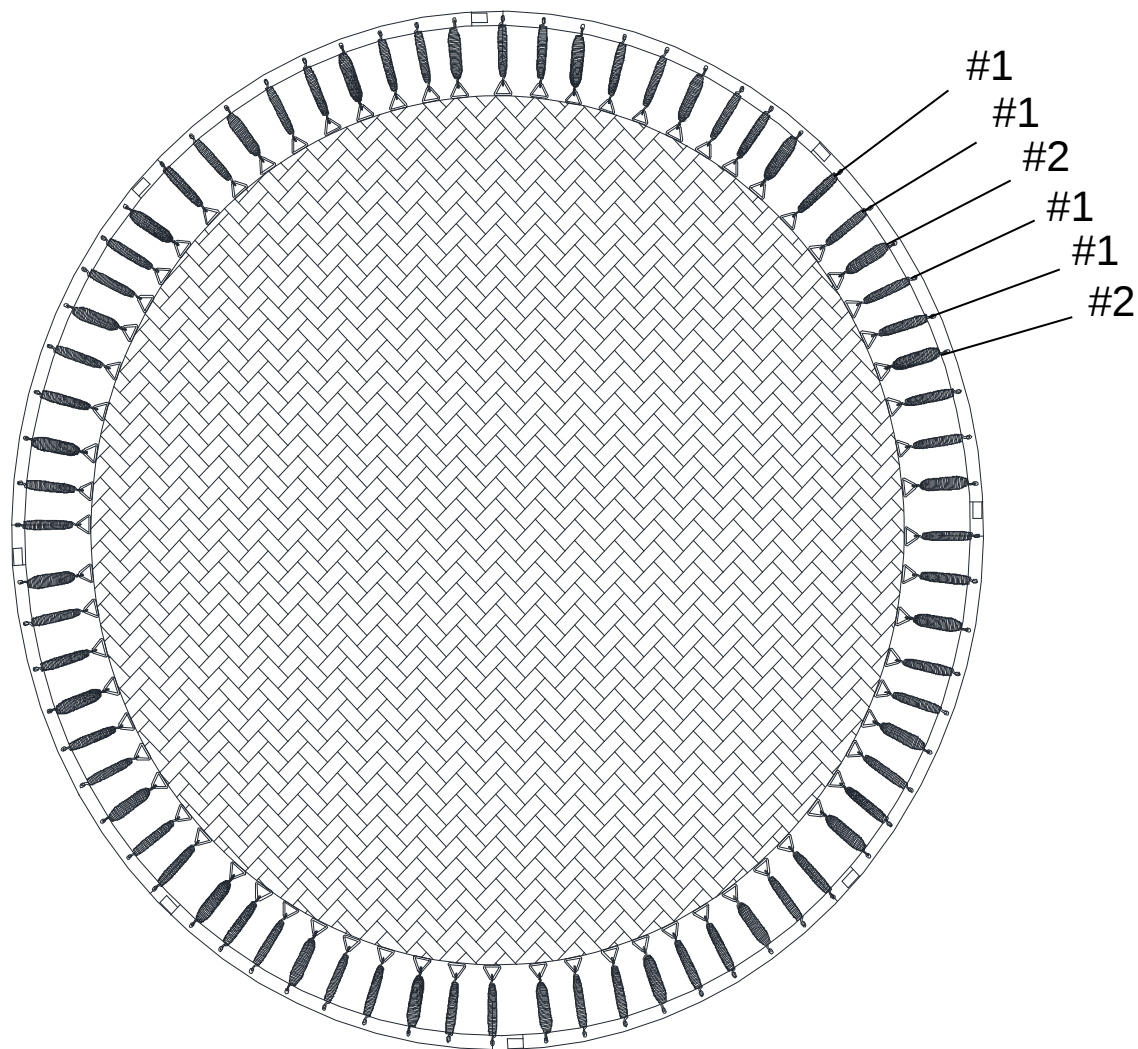
STEG 4-3



Normal fjær #1



Tykk fjær #2

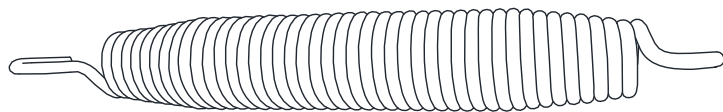


Monteringsmetode 3 :

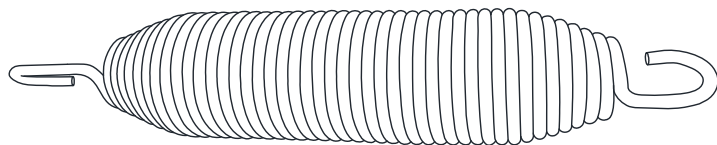
Størrelse	Normal fjær #1	Tykk fjær #2	Passer til vekt
366cm	48pcs	24pcs	50-75KG
426cm	64pcs	32pcs	50-75KG

NO/DK Tips: Pass på at fjærene settes på slik som vist på tegningen 2 normale fjærer, 1 tykk fjær
SE Tips: Se till att fjädrarna är monterade enligt ritningen 2 normala fjädrar, 1 tjock fjäder

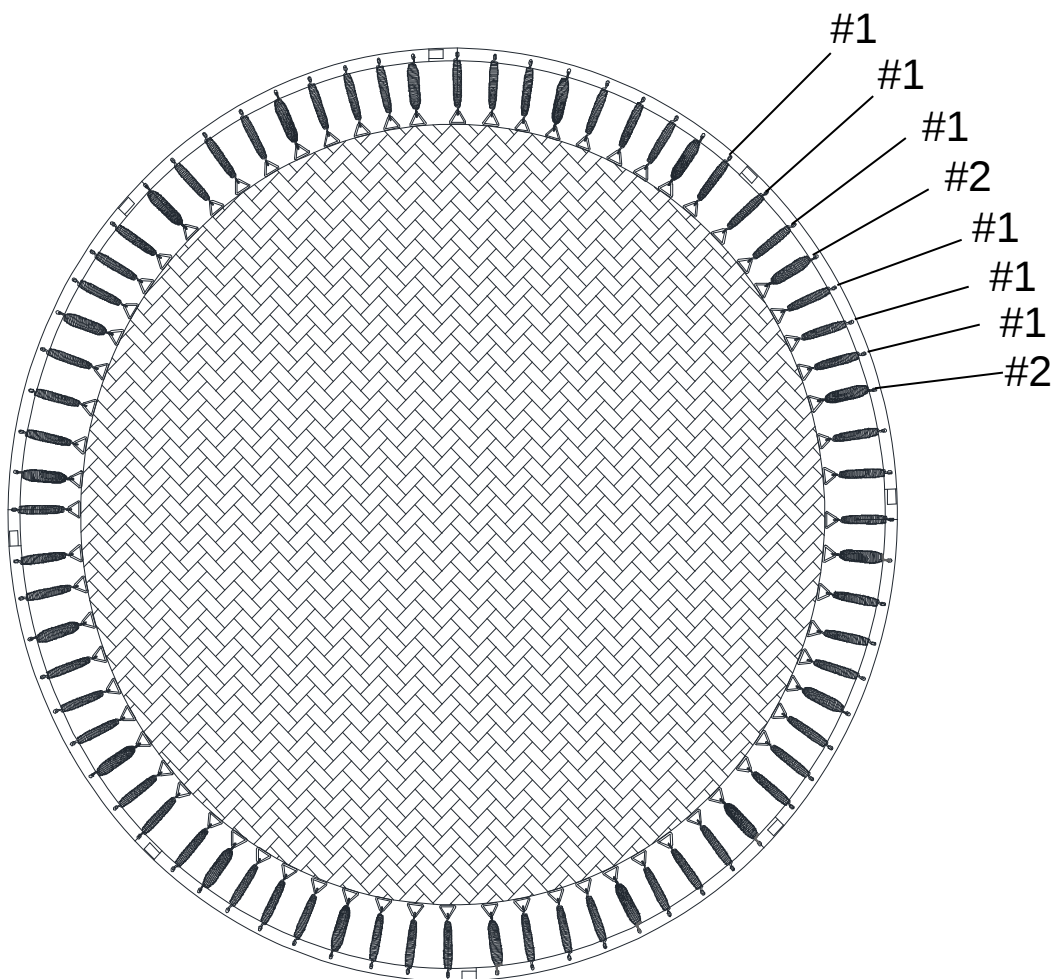
STEG 4-4



Normal fjær #1



Tykk fjær #2

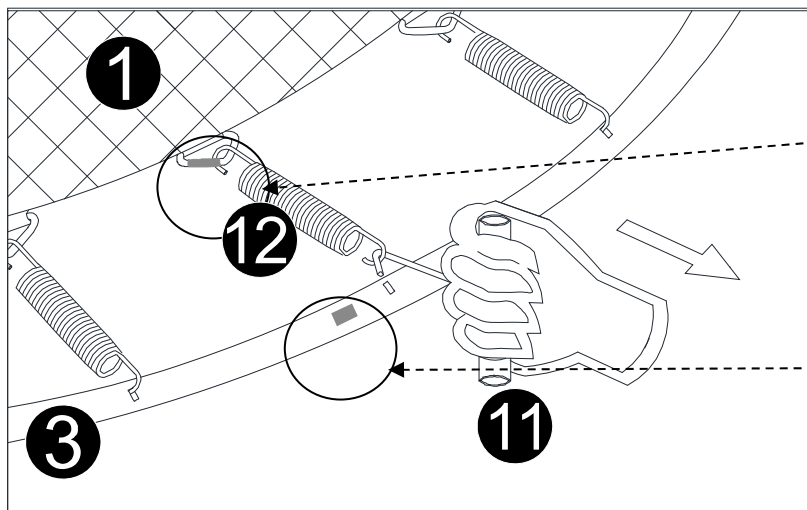


Monteringsmetode 4

Size	Normal fjær #1	Tykk fjær #2	Passer til vekt
366cm	54pcs	18pcs	75kg~100kg
426cm	72pcs	24pcs	75kg~110kg

NO/DK Tips: Pass på at fjærene settes på slik som vist på tegningen 3 normale fjærer, 1 tykk fjær
SE Tips: Se till att fjädrarna är monterade enligt ritningen 3 normala fjädrar, 1 tjock fjäder

STEG 4-5



NO/DK Tips:

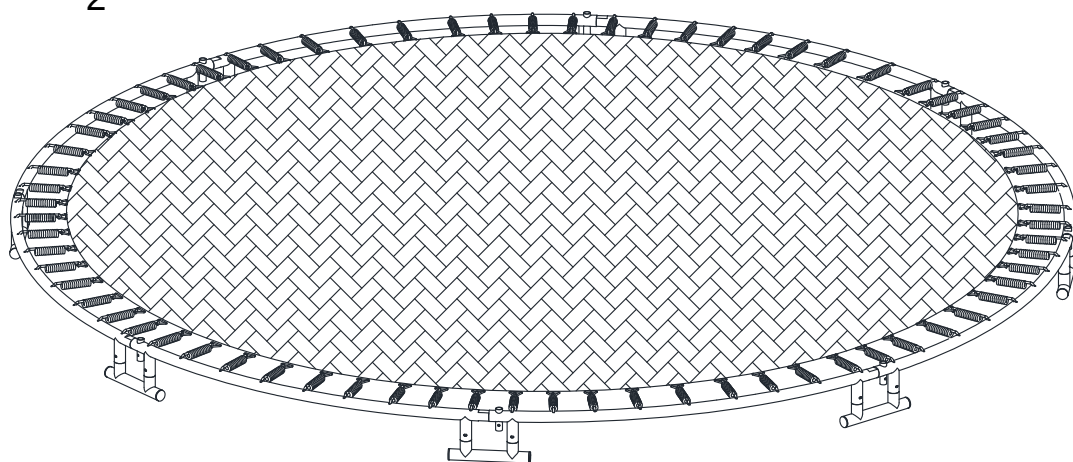
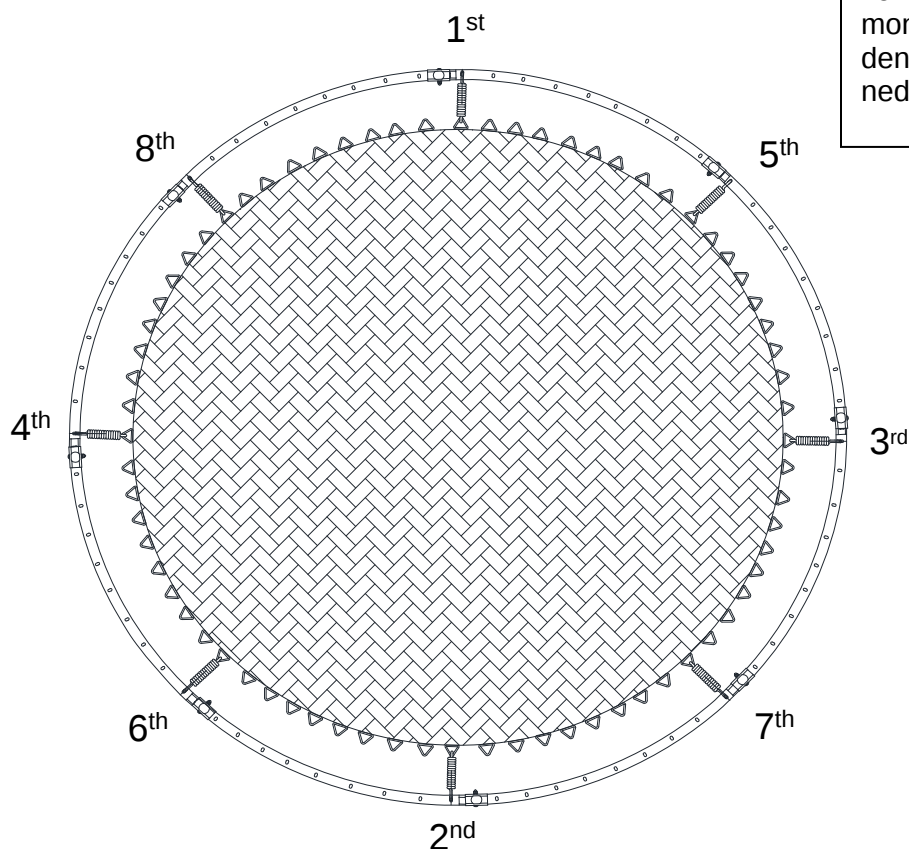
366cm & 426cm- Det er 8 grønne merker på triangel krokene og på hovedrammen.

Benytt disse grønne merkene for å komme korrekt i gang med monteringen av hoppeduken. Monter i rekkefølgen vist på tegningen under.

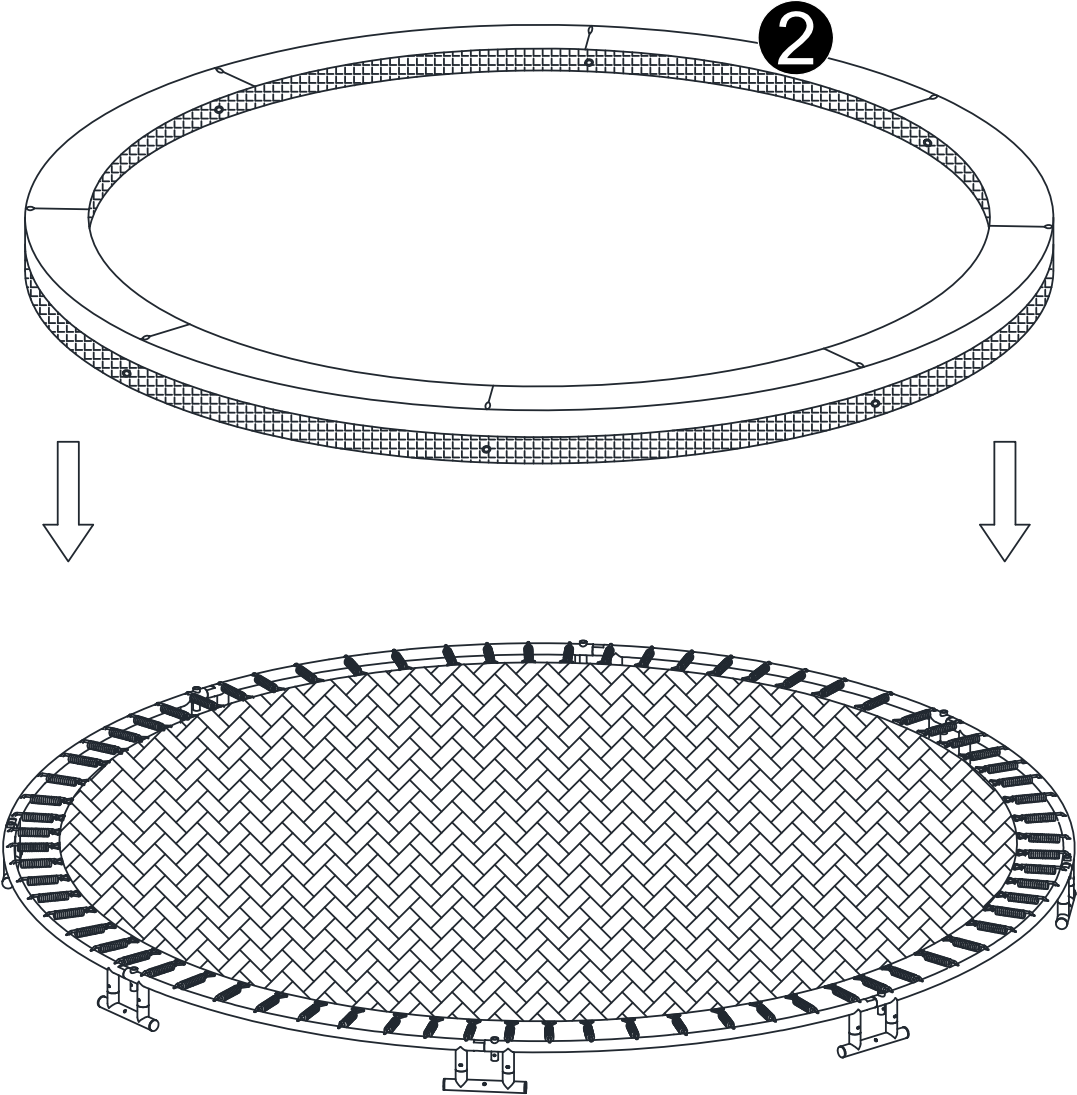
SE Tips:

366cm & 426cm- Det finns 8 gröna märken på triangelkroken och på huvudramen.

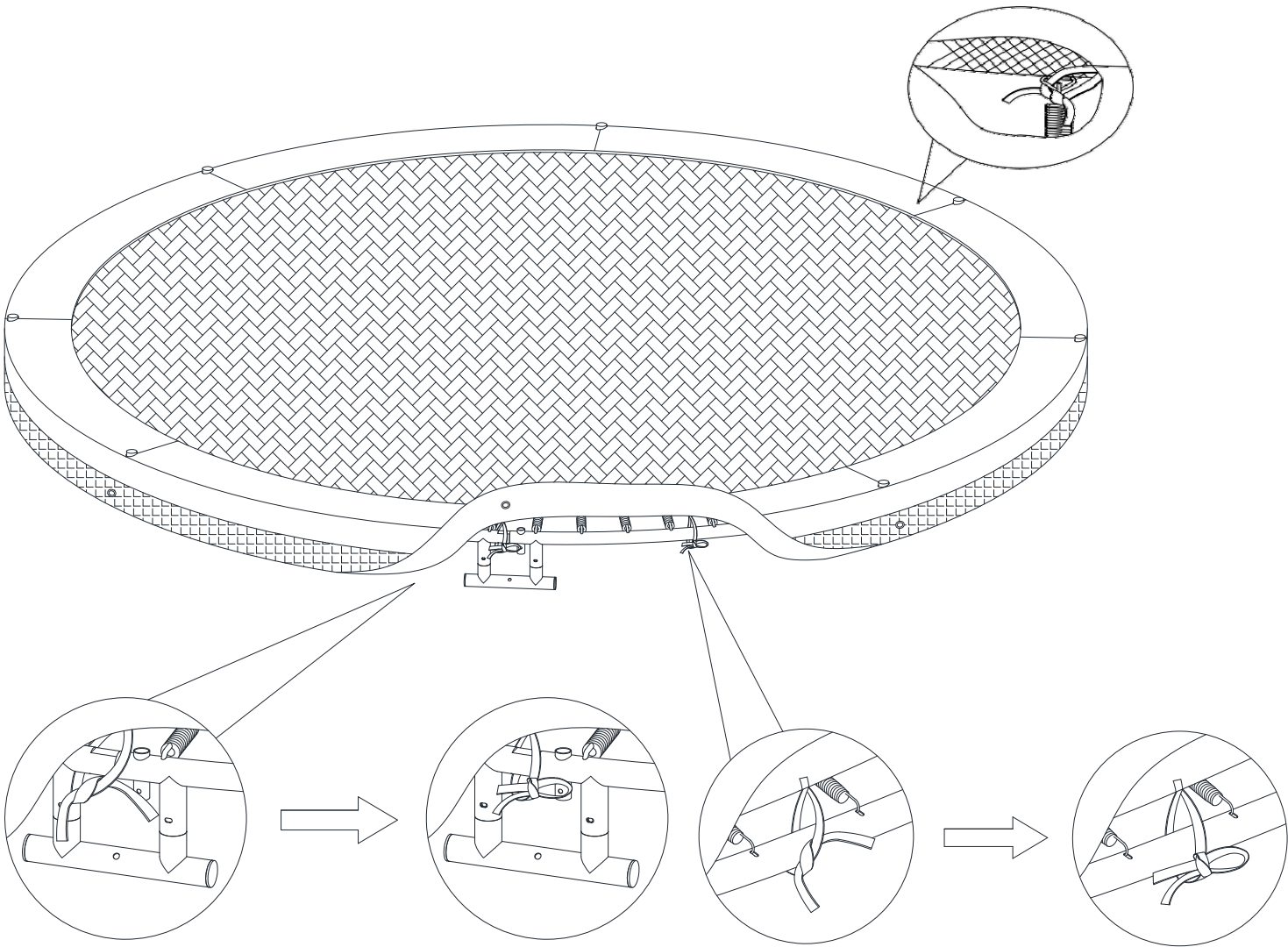
Använd dessa gröna märken för att komma igång korrekt med monteringen av hoppduken. Montera i den ordning som visas på ritningen nedan.



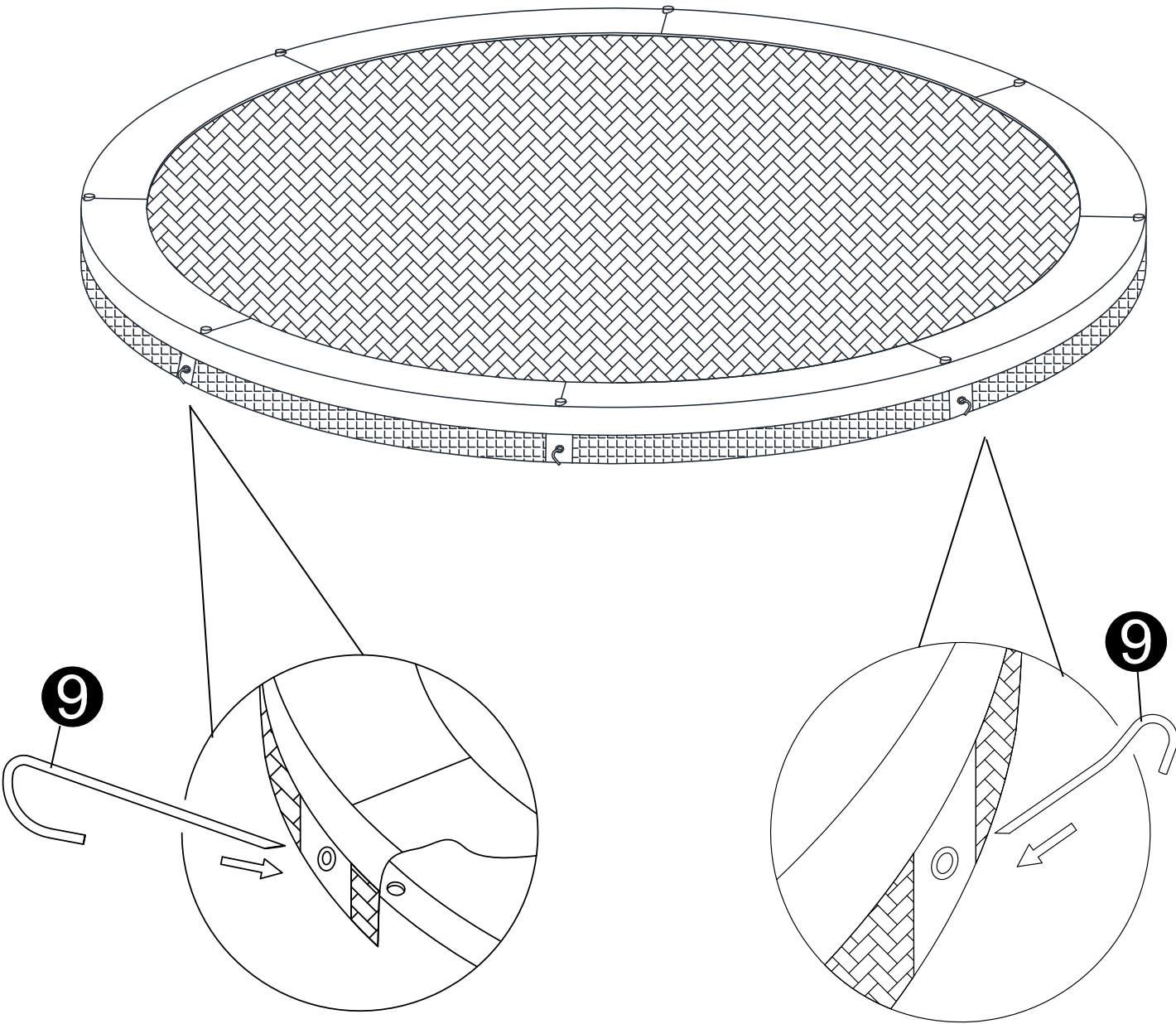
STEG 5



STEG 6



STEG 7



DEMONTERING AV TRAMPOLINEN

Dersom du ønsker å demontere trampolinen, følger du monteringsstegene i motsatt rekkefølge.

STELL OG VEDLIKEHOLD

Det er viktig å utføre regelmessige inspeksjoner og vedlikehold av hoveddelene (ramme, fjæringssystem, matte, puter og netting). Dersom dette ikke finner sted kan det gå utover trampolinens sikkerhet.

- Inspiser alle muttere og bolter, og stram dersom dette er nødvendig.
- Forsikre deg om at fjæringssystemene er intakte, og at de ikke kan hekte seg av under bruk.
- Inspiser de sirkulære beskyttelsesputene som dekker fjærene.
- Sjekk alle belegg for bolter og skarpe kanter. Bytt ut dersom dette er nødvendig.
- Forsikre deg om at nettet, matten og alle beskyttelselementer er i god stand, og kapable til å bære brukerens vekt. Sol, regn, snø og ekstreme temperaturer kan redusere levetiden til trampolinekomponenter. Bytt dem ut etter behov.
- Under sterke vindforhold må tiltak tas for å hindre trampolinen i å bli tatt av vinden. Dette kan innebære at man må bruke anker for å holde trampolinen fast.
- Matte og andre relativt løse komponenter bør fjernes i sterke vindforhold.
- Snø og lave temperaturer kan skade trampolinen. Det anbefales å fjerne snøen, og oppbevare matte og netting innendørs.
- Forsikre deg om at matte, puter og netting ikke er defekte. Sol, regn, snø og ekstreme temperaturer kan redusere levetiden til disse delene.
- Defekte deler må byttes ut i henhold til monteringsinstruksjonene.
- Spar på denne brukerveiledningen for fremtidig referanse.
- Se siste side for serviceinformasjon.

FLYTTING AV TRAMPOLINEN

Minst to personer må til for å flytte trampolinen. Plasser dere rundt trampolinen, løft den forsiktig, og flytt den til ønsket plassering.

Trampolinen må demonteres dersom den må transporteres med bil over lengre distanser. Følg monteringsinstruksjonene, og følg stegene i motsatt rekkefølge for å demontere trampolinen. Fjerning av fjærer er en delikat prosedyre som kun bør utføres med det medfølgende verktøyet.

VIKTIG VEDRØRENDE SERVICE

Om det skulle oppstå problemer av noe slag, ber vi deg om å kontakte Mylna Service. Vi vil gjerne at du kontakter oss før du kontakter butikken slik at vi kan tilby deg best mulig hjelp.

Besøk vår hjemmeside www.mylناسport.no / www.abilicaonline.dk – her vil du finne informasjon om produktene, brukermanualer, ett kontaktskjema for å komme i kontakt med oss og mulighet for å bestille reservedeler. Ved å fylle ut kontaktskjema gir du oss den informasjonen vi trenger for å kunne hjelpe deg så effektivt som mulig.

Komplett manual kan lastes ned på www.mylناسport.no / www.abilicaonline.dk

VIKTIGT ANGÅENDE SERVICE

Om det oppstår problem av något slag, ber vi dig kontakta Mylna Service. Vi skulle vilja att ni kontakta oss innan du kontaktar butiken så att vi kan erbjuda dig bästa möjliga hjälp.

Besök vår hemsida www.mylناسport.se. Her hittar du information om produkterna, bruksanvisningar, ett kontaktformulär för att komma i kontakt med oss och möjlighet att beställa reservdelar. Genom att fylla i kontaktformuläret, ger du oss information vi behöver för att kunna hjälpa dig så effektivt som möjligt.

For komplett manual, besøk www.mylناسport.se



Leverandør:
Mylna Sport AS
Postboks 567
3412 Lierstranda
Norway
abilica.no
mylnasport.no

Leverantör:
Mylna Sport AB
Box 181
56624 Habo
Sverige
abilica.se
mylnasport.se

Supplier:
Mylna Sport AS
PO Box 567
3412 Lierstranda
Norway
abilica.com
mylnasport.com