

Trekkrunner®

Bruksanvisning

Rektangulär studsmatta med skyddsnät

305×518cm; 426×487cm





Tack för att du valt att köpa en produkt från oss!



Läs igenom hela bruksanvisningen före montering och användning!

Rektangulär studsatta

Läs noggrant igenom bruksanvisningen för att säkerställa att produkten är monterad samt används och underhålls på rätt sätt enligt anvisningarna i bruksanvisningen. Spara bruksanvisningen som framtida referens.

- Enbart för hemmabruk.
- Denna leksak är avsedd för utomhusbruk.
- Studsmattan är inte lämplig att användas av barn under 3 år.
- Maximal belastning: 150 kg
- Endast en användare åt gången p.g.a. kollisionsrisken.



Obs! Vi rekommenderar att du alltid använder ett säkerhetsnät och ett kantskydd till din studsatta.

INLEDNING

- Läs noggrant igenom informationen i bruksanvisningen och säkerställ att du förstår instruktionerna innan studsattan används.
- Att använda studsatta är förenat med risk för skador, precis som vid alla andra fritidsaktiviteter. Följ säkerhetsbestämmelserna och råden för att undvika skador.
- En felaktig användning av studsattan utgör en risk och kan orsaka allvarliga skador.
- Studsmattor ger en sådan studs att användaren kan uppnå väldigt höga hopphöjder och hamna i olika positioner.
- Kontrollera före varje användning att hoppduken inte är sliten och att inga delar är lösa eller saknas.
- I bruksanvisningen ingår monteringsanvisningar, råd om skötsel och underhåll, säkerhetsbestämmelser, varningar och anvisningar om rätt hoppteknik. Alla som använder studsattan, eller befinner sig i närheten av den, måste känna till informationen. Den som använder studsattan måste vara medveten om sina begränsningar när det gäller hoppteknik.

VARNING!

Endast en person får hoppa åt gången!
Om flera personer använder studsattan samtidigt, ökar risken för skador på både personer och produkten.



SÄKERHETSANVISNINGAR

- Innan studsmattan används, läs igenom hela bruksanvisningen, alla varningar och råd om skötsel, underhåll och användning för att förhindra att skador uppstår. Det finns risk för skador om nedanstående anvisningar inte följs.
- Studsmattans ägare och den person som har hand om den för tillfället, är ansvariga för att se till att alla som använder studsmattan känner till informationen i bruksanvisningen.
- Se till att det finns tillräckligt med utrymme för höga hopp. Rekommendationen är att räkna med en höjd på minst 7,3 meter över marken. Se till att det inte finns några elledningar, grenar eller andra potentiellt farliga föremål i närheten av hoppområdet.
- Det är viktigt att det finns fritt utrymme åt sidorna av hoppområdet. Placera inte studsmattan nära väggar, byggnader, staket eller liknande. Se till att det finns tillräckligt med fritt utrymme omkring studsmattan (minst 2 meter).
- Placera studsmattan på en jämn yta och på en väl upplyst plats.
- Placera inte studsmattan på ett underlag av betong eller sten, eller på någon våt yta.
- Använd inte studsmattan inomhus.
- Se till att studsmattan inte används av någon obehörig eller utan övervakning.
- Avlägsna alla föremål under studsmattan. Det får inte finnas någonting under studsmattan som kan utgöra ett hinder under hopningen.
- Gör inga frivolter på studsmattan. Om du skulle landa på huvudet eller nacken, kan detta orsaka allvarliga skador, förlamning eller till och med dödsfall, även om du skulle landa mitt på studsmattan.
- Håll dig i mitten på studsmattan när du hoppar. Detta minskar risken för skador som kan uppstå om du skulle landa på ramen eller fjädrarna.
- Endast en person får hoppa åt gången. Om flera personer hoppar samtidigt, kan allvarliga olyckor ske.
- Använd inte studsmattan utan att någon övervakar dig.
- Kontrollera att säkerhetsnätets öppning är ordentligt stängd innan du börjar hoppa.
- Studsmattor med en höjd över 51 cm är inte avsedda för barn under 6 år.

- Kontrollera studs mattan före varje användning. Kontrollera att kantskyddet ligger som det ska. Byt ut eventuella delar som är slitna, skadade eller ersätt de som saknas.
- Var försiktig när du tar dig upp på eller ner från studs mattan. Det kan vara farligt att hoppa direkt från studs mattan ner på marken, eller att hoppa från marken upp på studs mattan. Använd inte studs mattan som springbräda för att hoppa vidare till något annat föremål.
- Använd inte studs mattan direkt efter att du har ätit.
- Du avslutar hoppningen genom att böja på knäna när fötterna landar på studs mattan. Detta måste du lära dig först, innan du försöker dig på andra typer av hopptechniker.
- Lär dig de grundläggande hopptechnikerna och enklaste rörelserna innan du försöker dig på mer avancerade hopp. Det finns många olika övningar du kan utföra genom att kombinera de grundläggande hopptechnikerna med rörelser, eller genom att utföra dem i olika ordningsföljd.
- Hoppa inte för högt. Utför bara låga hopp innan du har lärt dig rätt hopptechnik och hur du landar mitt på studs mattan. Det är viktigare att kunna kontrollera sin hoppning än att kunna hoppa högt.
- Behåll kontrollen genom att titta på studs mattan under hoppningen. Om du inte gör detta, kan du tappa balansen eller kontrollen.
- Använd inte studs mattan om du är trött. Hoppa bara korta stunder åt gången.
- Se till att studs mattan förvaras på en säker plats när den inte används. Se till att bara behöriga personer använder den. Om du använder en stege för att ta dig upp på studs mattan, måste den avlägsnas av personen som har ansvaret under hoppningen. Detta för att förhindra att små barn under 6 år klättrar upp på studs mattan.
- Se till att alla föremål som eventuellt kan vara i vägen för personen som hoppar befinner sig på avstånd från studs mattan. Håll området i studs mattans närhet fritt från föremål.
- Använd inte studs mattan om du har druckit alkohol eller är påverkad av droger.
- Om du vill få information om hopptechniker, kontakta en erfaren instruktör.
- Använd inte studs mattan om hoppduken är våt, skadad, smutsig eller sliten. Kontrollera studs mattan före varje användning.
- Vädret får inte vara blåsigt. Hoppa inte om det blåser mycket.



VARNING!

Om de här anvisningarna inte följs, kan en olycka leda till allvarliga skador på personer eller föremål.

PLACERINGEN AV DIN STUDSMATTA

Det måste finnas minst 7,3 meters fritt utrymme ovanför studsmattan. Säkerställ att det inte finns några farliga föremål såsom grenar, andra föremål (t.ex. gungor eller pooler), elledningar, väggar, staket etc. i närheten av studsmattan. Kom ihåg följande när du bestämmer placeringen av din studsmatta:

- Studsmattan måste placeras på en jämn yta.
- Platsen måste vara ljus eller väl upplyst.
- Det får inte finnas några föremål under studsmattan.
- Inga obehöriga ska kunna använda studsmattan när den står oanvänd.
- Hoppduken måste vara torr. Hoppa aldrig på en våt hoppduk.
- Vädret får inte vara blåsig. Hoppa inte om det blåser mycket.

Personen som har ansvaret under hoppningen måste informera alla som använder studsmattan om reglerna som anges i bruksanvisningen. Personen som har ansvaret måste vara en vuxen och ska vara närvarande när studsmattan används.

HÅRD VIND

Hård vind kan göra att studsmattan blåser iväg. Om hård vind förväntas, ska du förvara studsmattan på en skyddad plats eller demontera den. Du kan också binda fast studsmattans rundade, yttre kant (övre ramdelen) i marken med hjälp av rep och förankringar. Säkra den på minst tre ställen. Säkra inte studsmattan endast via dess ben, eftersom de kan lossna från ramen.

FLYTTNING AV STUDSMATTAN

Det behövs minst två personer för att flytta studsmattan. Tejpa alla anslutningsställen med ett väderbeständig tejp, t.ex. silvertejp. Detta hjälper till att hålla ramen intakt och förhindrar delar från att röra sig, eller att studsmattan delar sig. Vid flyttning av studsmattan, lyft upp den och bär den horisontellt. Vid alla andra transportsätt måste du demontera studsmattan.

ANVÄNDNING

- Först av allt, vänj dig vid hur det känns av hoppa på en studsmatta. Fokusera på de grundläggande kroppspositionerna och öva på varje hopptechnik (de grundläggande hopptechnikerna) tills du enkelt klarar att utföra dem på ett kontrollerat sätt.
- För att avsluta hoppningen, böj på knäna när fötterna landar på studsmattan. Öva på detta när du övar på de grundläggande hopptechnikerna. Använd alltid samma teknik om du tappar balansen eller kontrollen över hoppningen.

- Lär dig de grundläggande hopptechnikerna först och se till att du har kontroll över dem, innan du provar på mer avancerade hopp. Ett kontrollerat hopp är när du klarar att påbörja ett hopp på samma ställe som du landar på efteråt. Om du testat mer avancerade hopp innan du har kontroll över grunderna, utsätter du dig själv för risken att skadas.
- Hoppa inte för länge eftersom trötthet ökar risken för skador. Hoppa bara en kort stund, låt sen andra få hoppa! Hoppa bara en person åt gången.
- Var försiktig när tar dig upp på och ner från studsattan för att förhindra skador. När du tar dig upp, ta tag i ramen och klättra eller rulla därefter över kanten och fjädrarna. Ta dig sen till själva hoppduken. Håll alltid i ramen när du tar dig ner från studsattan. Håll inte i, och klättra inte heller på, kantskyddet. När du vill ta dig ner, håll fast i ramen och klättra ner på marken. Hjälp barn som ska upp eller ner.
- Hoppa inte ner från studsattan eftersom det ökar risken för skador. Det är viktigt att ha kontroll över sin hoppning för att undvika skador. Tävla aldrig i att försöka hoppa högre än andra! Använd inte studsattan utan att någon övervakar dig.

ANVÄNDARE

- När du använder studsattan är det viktigt att du har kontroll över situationen. Försök dig inte på några mer avancerade övningar förrän du har kontroll över de grundläggande hopptechnikerna. Det är också viktigt att känna till studsattan, det minskar risken för skador. Läs igenom, ta till dig och följ alla säkerhetsanvisningar innan du använder studsattan. Ett kontrollerat hopp är när du klarar att påbörja ett hopp på samma ställe som du landar på efteråt. För mer säkerhetsanvisningar, kontakta en erfaren instruktör.
- Kontrollera att säkerhetsnätets öppning är ordentligt stängd innan du börjar hoppa.
- Använd inte studsattan om du har druckit alkohol eller är påverkad av droger.
- Ingen som ska hoppa får ha med sig några hårda eller vassa föremål på studsattan.
- Var försiktig och håll uppsikt när du tar dig ner från studsattan. Hoppa aldrig ner från studsattan, och använd den inte som språngbräda för att hoppa över till något annat föremål.
- Se Hopptechniker för att först lära dig de grundläggande hopptechnikerna.
- Böj på knäna när du rör vid mattan med fötterna för att avsluta hoppningen.
- Håll alltid kontroll över hoppningen när du använder studsattan. Försök att avsluta hoppningen om du känner att du tappat kontrollen.
- Hoppa inte för länge och utför aldrig flera extremt höga hopp efter varandra.
- Håll blicken på studsattan, så är det enklare att hålla kontroll över din hoppning. Du kan annars tappa balansen eller kontrollen.
- Hoppa inte samtidigt som du äter eller dricker.
- Endast en person får hoppa åt gången.
- Barn måste alltid övervakas när de använder studsattan.

ÖVERVAKARE

- Den person som har ansvaret/är övervakare måste förstå och följa alla säkerhetsanvisningar och riktlinjer i bruksanvisningen. Den person som har ansvaret är också ansvarig för att ge råd och instruktioner till alla som ska använda studsattan. Om det inte finns någon person som kan övervaka personerna som hoppar, måste studsattan förvaras på en skyddad plats, demonteras för att förhindra obehörig användning eller täckas över med en presenning. Den person som har ansvaret är också ansvarig för att säkerhetsmärket klistras på studsattan, och för att ge säkerhetsinstruktioner till alla som ska hoppa på studsattan.
- Någon måste alltid övervaka en person som hoppar, oavsett hur gammal eller erfaren den som hoppar är.
- Använd inte studsattan om den är våt, skadad, smutsig eller sliten. Kontrollera studsattan före varje användning.
- Se till att alla föremål som eventuellt kan vara i vägen för personen som hoppar befinner sig på avstånd från studsattan. Kontrollera om det finns något över, under eller omkring studsattan och vidta åtgärder om det behövs.
- Säkerställ att studsattan inte kan användas av någon obehörig eller ifall ingen övervakande person finns på plats.

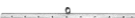
MONTERINGSANVISNINGAR

Allt du behöver för monteringen är fjäderdragaren (ingår). Minst två vuxna krävs för monteringen. Läs monteringsanvisningarna innan monteringen ni börjar.

FÖRE MONTERINGEN

Kontrollera delarnas namn och referensbeteckning nedan, så blir det enklare att montera studsattan. Kontrollera att alla delar finns med, saknas något, kontakta din återförsäljare. Undvik klämrisk – använd skyddshandskar.

DELAR

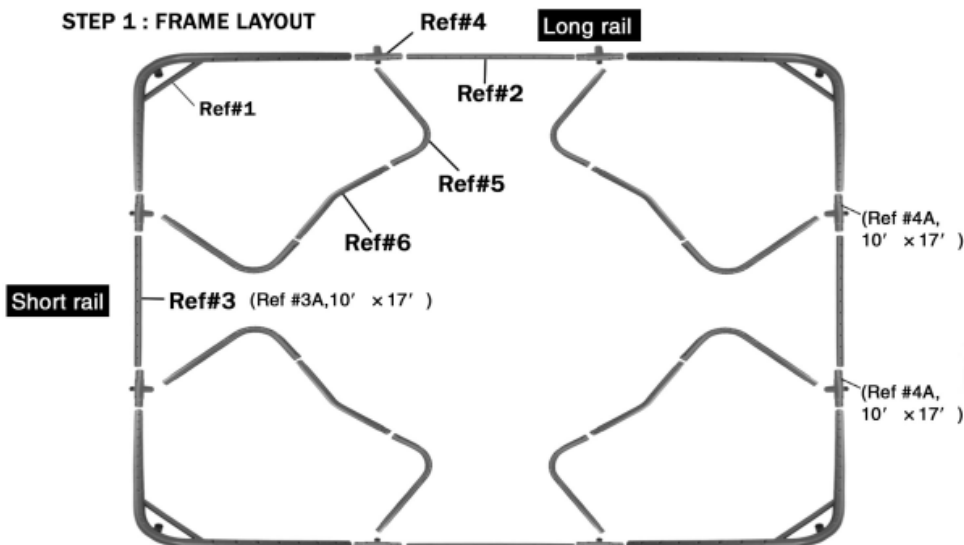
Ref#	Del#	Beskrivning	215×305 cm antal	244×426cm antal	305×518 cm antal	426×487 cm antal
1		Hörndel	4	4	4	4
2		Lång ramdel	0	2	2	2
3		Kort ramdel	2	2	0	2
3A		Kort (lång*) ramdel inkl. uttag	2*	0	2	0
4		T-del inkl. uttag	0	4	4	8
4A		T-koppling	8	4	4	0
5		Vertikal förlängningsdel	8	8	8	8
6		Nedre ramdel	4	4	4	4
7		Hoppduk	1	1	1	1
8		Fjäder	82	92	120	136
9		Fjäderdragare	2	2	2	2
10		Långt kantskydd	2	2	2	2
11		Kort kantskydd	2	2	2	2
12		Ben- och ram-set	24	24	24	24
13		Metallfäste	4	4	4	4

MONTERING AV RAMEN

Titta i listan över DELAR som hjälp

Varning: Minst två vuxna personer i god fysisk form krävs för nedanstående montering. Bär rejäla skor och håll balansen för att förhindra att du faller omkull. Om alla anvisningar eller varningar inte följs exakt, kan det leda till allvarliga skador.

STEP 1 : FRAME LAYOUT



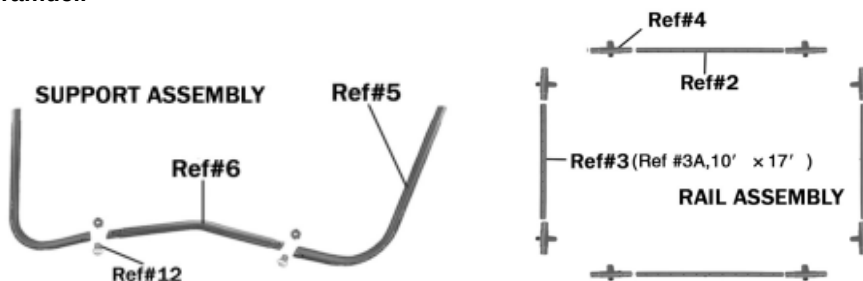
Använd sidan med listan över delar för att hitta rätt del och placera ut delarna enligt bilderna. Alla ramdelar (1, 2 och 3) måste sättas samman så som bilden visar. De passar bara ihop på ett sätt.

Steg 2: MONTERING AV BEN OCH RAM

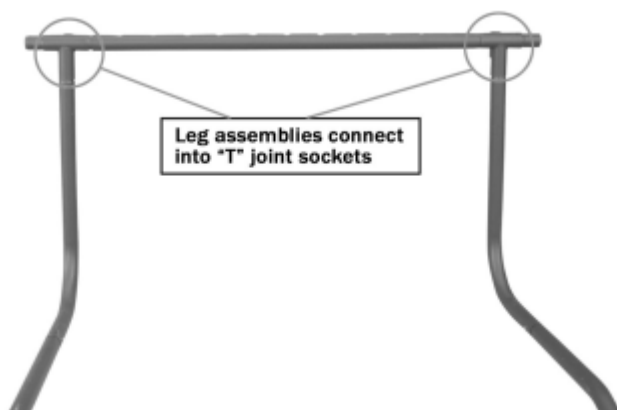
För på den vertikala förlängningsdelen (ref#5) på den nedre ramdelen (ref#6) så som visas

ovan under MONTERING AV STÖD. Använd benets monteringsskruv (A). Gör likadant för alla ben. När du är klar ska du ha 4 färdigmonterade ben.

Placera varje lång och kort ramdel samt T-del på marken. Anslut varje T-del varje lång resp. kort ramdel.



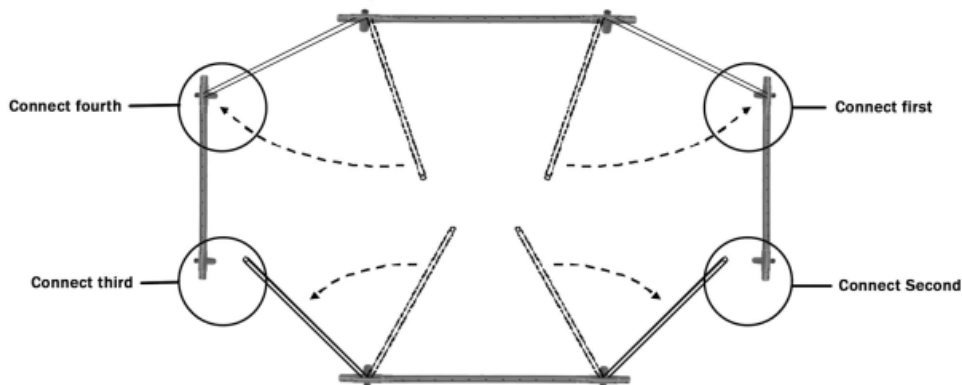
STEG 3 ANSLUTA BENEN TILL DEN ÖVRE RAMEN



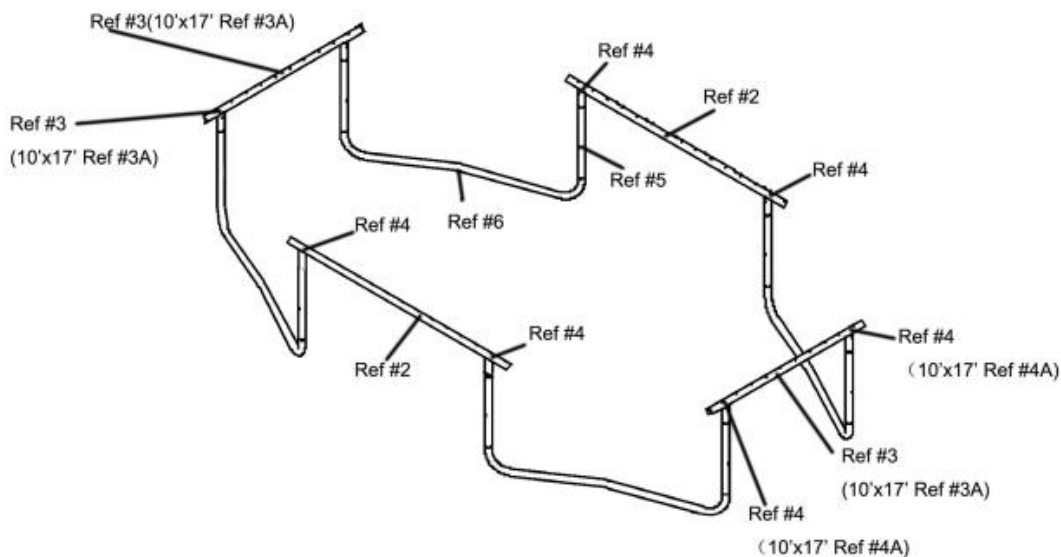
I: Montering av ramens yttre kanter. För in de monterade benen i T-delarna inkl. uttag.



II: Med hjälp av en andra person, drar du ett monterat ben nedåt mot dig tills det monterade benet står upprätt på underlaget. Vrid nu de monterade benen mot varandra för att göra ramens rördelar mer stabila.

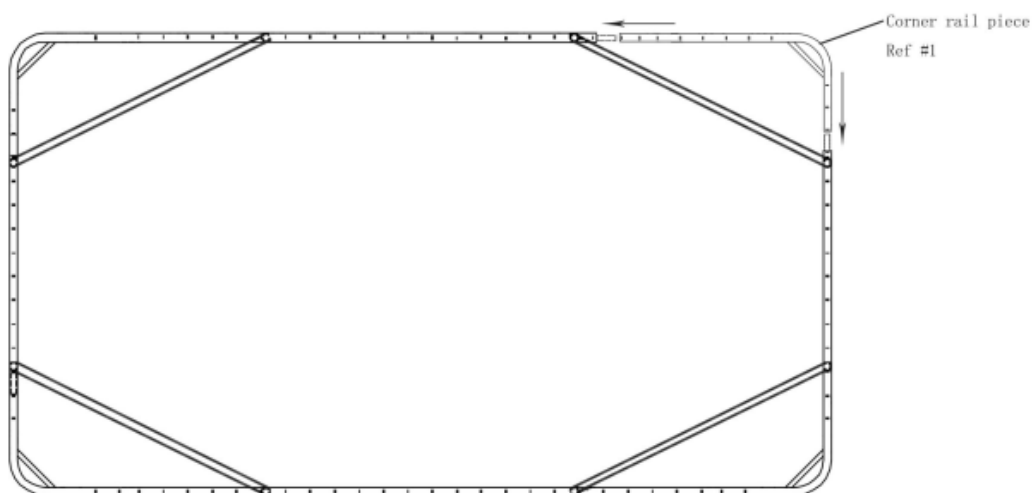


III: Anslut det närmaste monterade benet till T-delen. Låt den andra personen hålla den monterade ramdelen stadigt. Fortsätt med nästa ram.

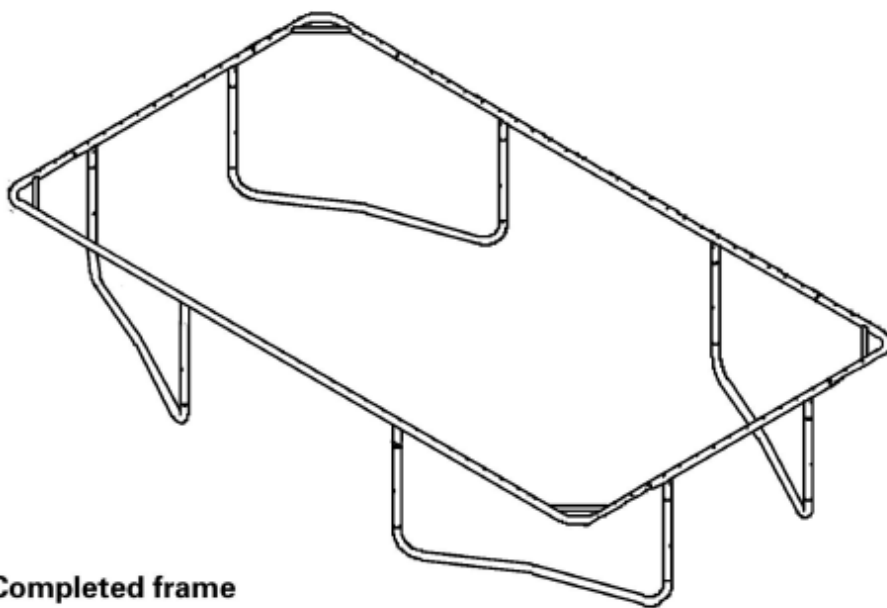


IV: För samman alla övre ramdelar (utom hörndelen ref#1) för att bilda en rektangel, så som bilden ovan visar.

STEG 4

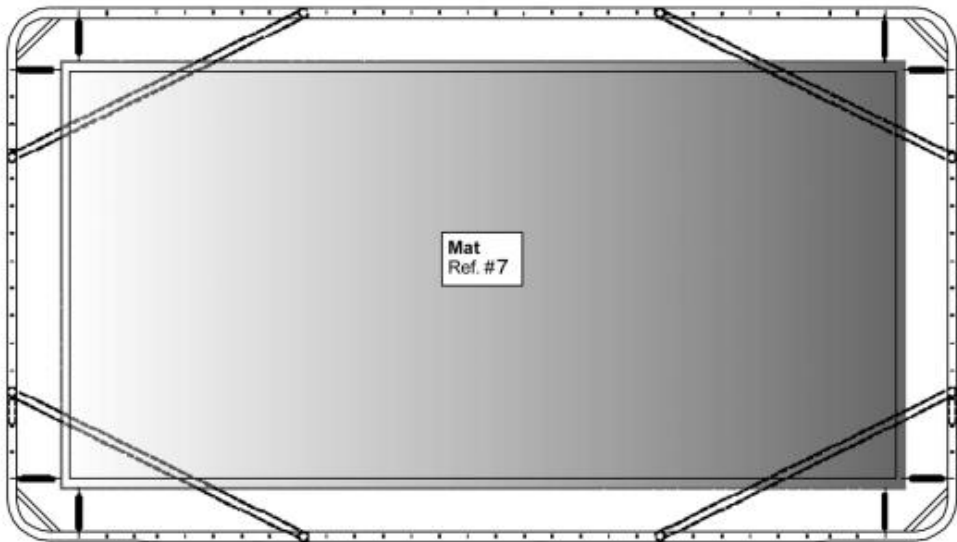


I: Anslut varje hörndel i vardera T-delsände. Gör likadant med alla de andra hörndelarna.



II :Completed frame

STEG 5: MONTERA FJÄDERN OCH GUMMISTROPPARNA PÅ HOPPDUKEN

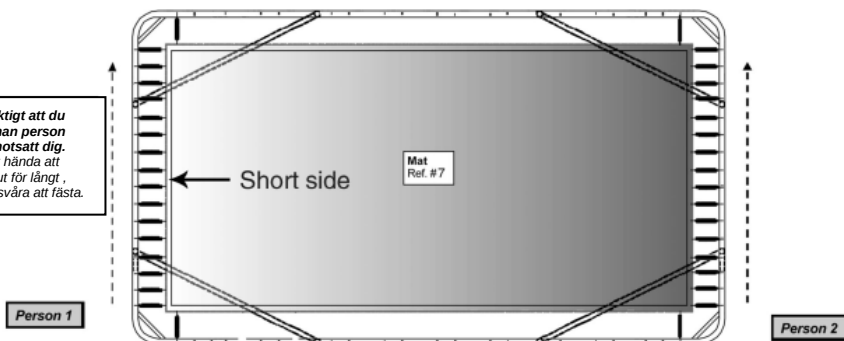


I: Fäst hoppduken i den monterade ramen med en fjäder i de två V-ringarna närmast varje hörn. Varningsmärkena på hoppduken måste vara vända uppåt.

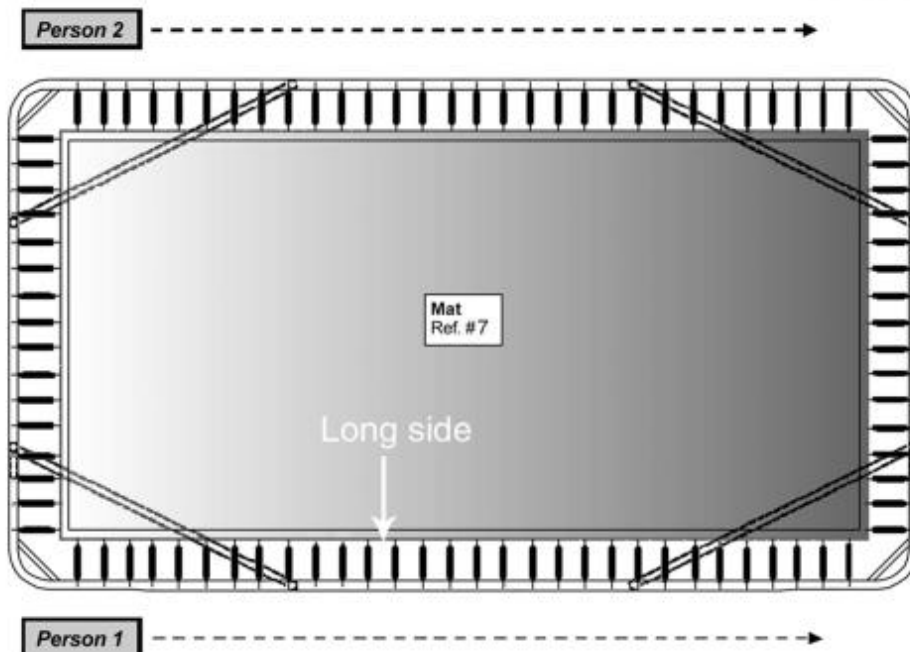


För en enklare montering av fjädern, sätt i fjädern i dukens V-ring och dra för att fästa den i ramen. Använd fjäderdragaren som hjälp.

Obs! Det är viktigt att du har någon annan person som arbetar motsatt dig. Annars kan det hända att fjädrarna dras ut för långt, vilket gör dem svåra att fästa.



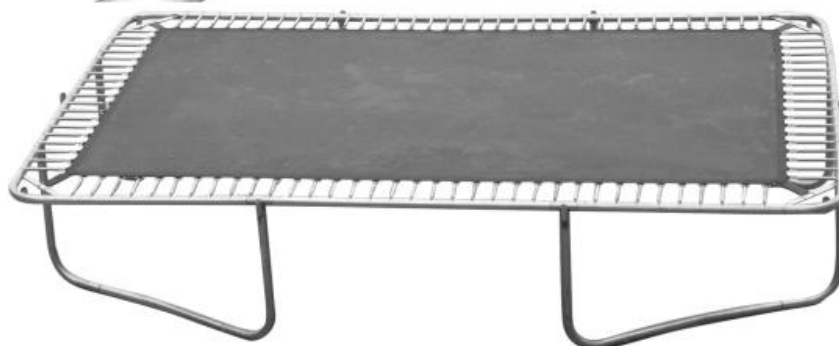
II: Montera fjädrar på varje kortsida. Börja vid ena änden och avsluta vid den andra, se bilden. Ha någon annan person som arbetar motsatt dig. Upprepa stegen tills kortsidan av ramen är helt klar.



III: Montera fjädrar på varje långsida. Börja vid ena änden, avsluta vid den andra (en fjäder i var 4:e V-ring). Ha någon som arbetar motsatt dig.

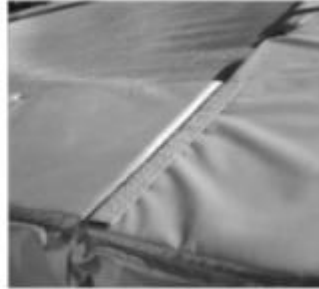


Använd fjäderdragaren så som bilden visar.

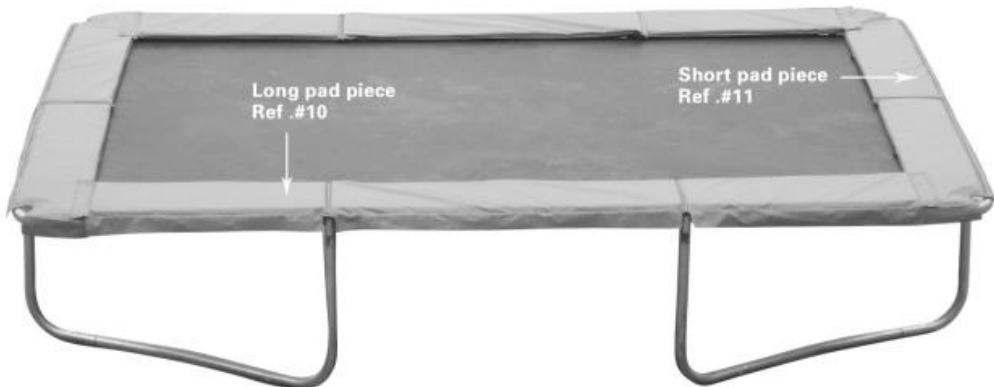


IV: Monteringen av fjädrar och gummistroppar är nu färdig.

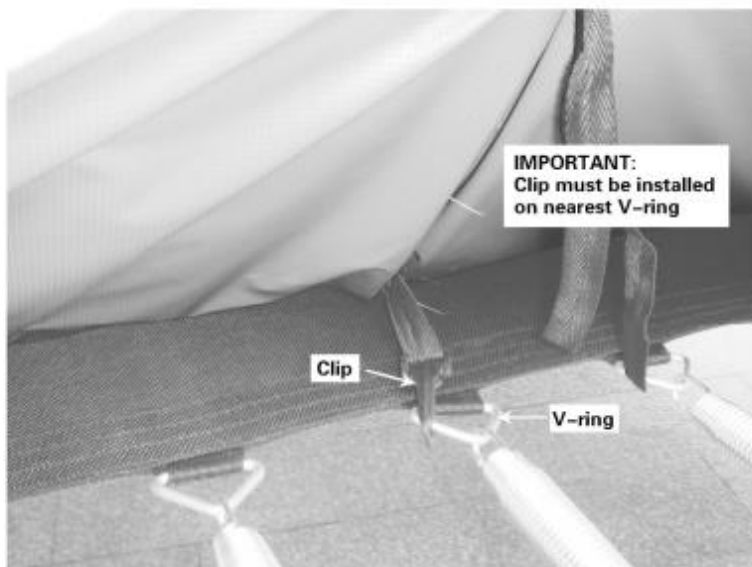
STEG 6: MONTERING AV KANTSKYDDET



WARNING! Vi rekommenderar att du inte använder studs mattan utan monterat kantskydd. Kantskyddet är till för att minska risken för att skadas. Det skyddar hopparen från att komma i kontakt med ramen och fjädrarna på studs mattan. Det är mycket viktigt att du fäster kantskyddet korrekt och säkert i ramen. Se också till att kantskyddet sitter rätt varje gång innan studs mattan används.



I: Lägg ut de olika kantskyddsdelarna så att de täcker alla fjädrar och ramdelar helt på alla studs mattans sidor. Sätt samman varje kantskyddsdel med hjälp av kardborrbanden på varje kantskyddsände. Kardborrbanden på varje långt kantskydd ska sättas samman med överdelen resp. underdelen på varje kort kantskydd.



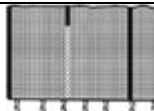
II: Lyft kantskyddet och hitta ett metallfäste. Med hjälp av metallfästena som sitter fast i kantskyddet fäster du kantskyddet i motsvarande V-ring, se bilden. Upprepa på varje ställe av kantskyddets undersida där ett metallfäste finns, tills alla metallfästen sitter fast ordentligt i en V-ring vardera.



III: Bind fast alla gummistroppar i ramens överdel. Bind inte fast dem i fjädrarna.

MONTERINGSBILAGA

LISTA ÖVER DELAR

Ref#	Del#	Beskrivning	215×305 cm antal	244×426 cm antal	305×518 cm antal	426×487 cm antal
14		NEDRE STOLPE OCH VADDERING	6	8	10	12
15		ÖVRE STOLPE OCH VADDERING	6	8	10	12
16		SÄKERHETSNÄT	1	1	1	1

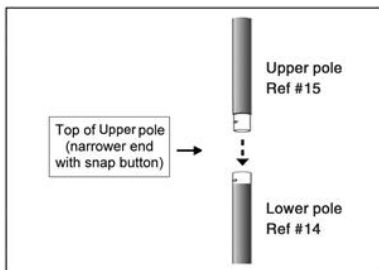
VARNING! Minst två vuxna personer i god fysisk form krävs för monteringen. För din egen säkerhet, bär lämpliga skor och håll balansen så du inte faller omkull. Om alla anvisningar och varningar inte följs exakt, kan det leda till allvarliga skador.



Bilden ovan visar hur studsattan ska se ut när monteringen är helt klar. Följ stegen på nästa sida för monteringen av säkerhetsnätet.

Följ alla säkerhetsanvisningar som anges för att säkerställa att allt sitter rätt och är säkert att använda.

MONTERINGSBILAGA ANVISNINGAR STEG-FÖR-STEG



STEG 1:
Montera ihop alla stolpar enligt bilden.

STEG 2:
För in alla säkerhetsstolpar i nätfickorna. När alla stolparna är helt införda i nätfickorna, sätt fast säkerhetsnätets stolpar i hålen i ramen. Se till att säkerhetsvadderingen når ända ner till studsammans nederkant.



STEG 3:
Skyddsnätets fästen ska dras ut och bindas fast under ramen i hoppdukens V-ringar.



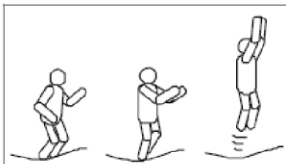
STEG 4:
Kontrollera att ingången till studsammans befinner sig intill den säkerhetsstolpe på framsidan där du vill ha ingången.

De sista stegen

Nu är monteringen färdig! Kontrollera att alla delar är ordentligt fastmonterade. Innan studsammans används, se till att du och alla andra användare känner till bruksanvisningens skötsel- och underhållsanvisningar, varningsinformation och användaranvisningar.

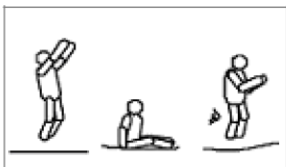
GRUNDLÄGGANDE HOPPTEKNIKER

STÅENDE HOPP



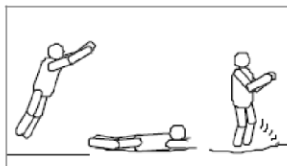
1. Utgå från startpositionen med fötterna placerade på en axelbredds avstånd, huvudet riktat framåt och blicken på hoppmattan.
2. Böj armarna framåt, uppåt och runt i en cirkelrörelse.
3. För samman fötterna när du befinner dig uppe i luften. Tårna ska peka nedåt.
4. För tillbaka fötterna på en axelbredds avstånd när du landar på studsduken.

SITTANDE HOPP



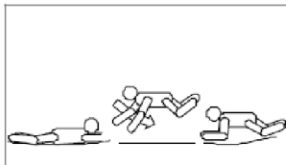
1. Landa i en platt sittande position.
2. Placera händerna på studsduken intill dina höfter.
3. Gå tillbaka till stående position genom att trycka upp dig själv med hjälp av händerna.

MAGHOPP



1. Stå rakt med armarna utsträckta över huvudet.
2. Landa på magen med händerna och armarna framåtsträckta.
3. Tryck upp dig själv från studsduken med hjälp av armarna och återgå till stående position.

180-GRADERS VRIDNING



1. Starta i samma position som vid maghoppet.
2. Tryck dig upp från studsduken med vänster eller höger hand (beroende på i vilken riktning du vill vrida dig).
3. Vrid huvudet och axlarna i samma riktning. Håll ryggen parallellt med hoppduken och håll upp huvudet.
4. Landa på magen igen. Tryck upp dig själv från studsduken med hjälp av armarna och återgå till stående position.

SKÖTSEL OCH UNDERHÅLL

Studsmattan är utformad och tillverkad av hantverkare i material av hög kvalitet. Rätt skötsel och underhåll kommer att förlänga dess livslängd och minska risken för skador. Läs igenom nedanstående anvisningar noggrant!

Den här studsmattan är utformad för att klara en viss last och för att användas på ett specifikt sätt. Endast en person får använda studsmattan åt gången. Den som hoppar ska vara barfota eller bara ha strumpor på sig. Använd inte skor, inte heller träningskor. Se till att inga husdjur kommer åt studsmattan för att undvika att de rispar eller på något annat sätt skadar studsmattan. Lagg av dig eventuella vassa föremål innan du använder studsmattan. Kontrollera att det inte finns några vassa eller spetsiga föremål i studsmattans närhet. Kontrollera alltid att studsmattan inte har några skador och att inga delar är lösa eller saknas innan du använder den. Risken för skador är större vid vissa tillfällen, och då särskilt:

- Om studsmattan har rispor, sprickor, hål eller är sliten.
- Om studsmattan har mist sin elasticitet.
- Om sömmar spruckit.
- Om delar av ramen har böjts eller är skadad, som t.ex. benen.
- Om några fjädrar är slitna, skadade eller saknas.
- Om kantskyddet runt studsmattan inte används, är slitet eller inte sitter ordentligt.
 - Om delar sticker ut (särskilt med vassa kanter) från ramen, fjädrarna eller hoppduken.



VIKTIGT!

UPPTÄCKER DU NÅGOT AV OVANSTÅENDE, ELLER NÅGOT ANNAT SOM KAN UTGÖRA EN RISK OCH ORSAKA SKADOR PÅ PERSONER, MÅSTE STUDSMATTAN DEMONTERAS ELLER SÄTTAS BORT, OCH FÅR INTE ANVÄNDAS FÖRRÄN PROBLEMEN HAR ÅTGÄRDATS.

REKLAMATIONSRÄTT

Enligt gällande lag måste produkten återlämnas till inköpsstället tillsammans med originalkvittot i händelse av reklamation. Användaren är ansvarig för eventuella skador på produkten som har orsakats av att produkten inte har använts för det den är avsedd, eller av att bruksanvisningen inte har följts. I dessa fall gäller reklamationsrätten inte.



AVFALLSHANTERING

Begagnade produkter ska hanteras separat från hushållsavfall och lämnas för återvinning i enlighet med lokala bestämmelser om avfallshantering.

Konsumentkontakt

Arc E-commerce AB
Box 3124
13603 Haninge
Sverige