

## GUIDE D'UTILISATION

Modèle n°  
1235314US

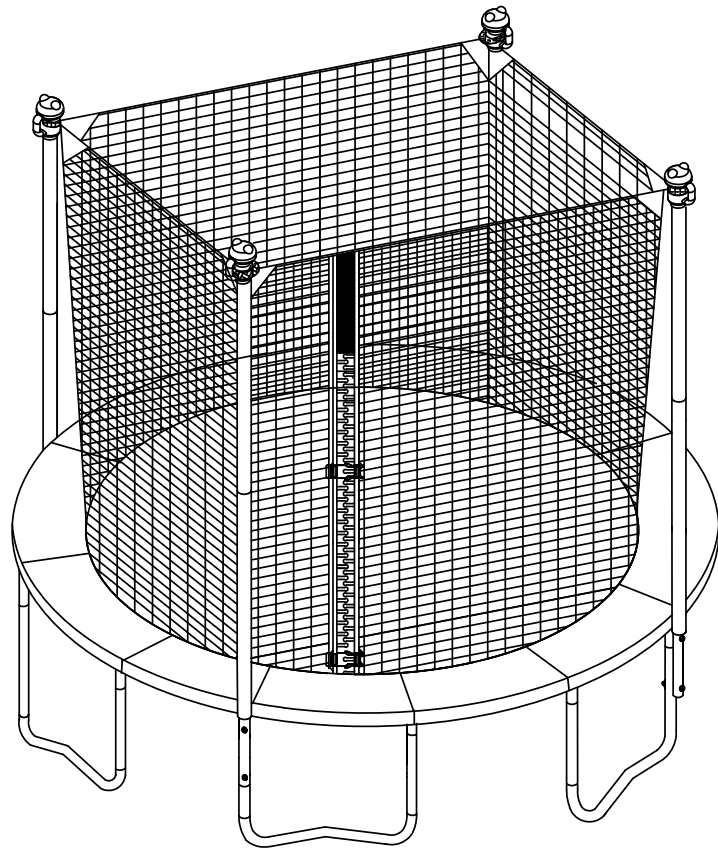
- Assemblage
- Ajustements
- Pièces
- Garantie

### AVERTISSEMENT

Assurez-vous de lire et comprendre le guide d'utilisation avant d'utiliser le trampoline.

# TRAINOR SPORTS

Trampoline rond de 14 pieds et enclos



### AVERTISSEMENT

- LISEZ ATTENTIVEMENT TOUTES LES INSTRUCTIONS D'ASSEMBLAGE DANS CE MANUEL AVANT D'ASSEMBLER ET D'UTILISER CE TRAMPOLINE.
- LE POIDS MAXIMUM DE L'UTILISATEUR OU DE L'UTILISATRICE NE DOIT PAS DÉPASSER 220 LIVRES OU 100 KILOGRAMMES.
- NE PERMETTEZ PAS AUX ENFANTS D'UTILISER CE TRAMPOLINE SANS LA SURVEILLANCE D'UNE PERSONNE ADULTE.
- ENTREPOSEZ CONVENABLEMENT CE PRODUIT PENDANT LES VENTS VIOLENTS.
- GARDEZ CE MANUEL POUR LE CONSULTER, S'IL Y A LIEU.

**NOTE :UNE CERTAINE DÉFORMATION DES TUBES EN MOUSSE PEUT SE PRODUIRE AU COURS DE L'EXPÉDITION, CE QUI EST NORMAL. LES TUBES REPRENDRONT LEUR FORME AVEC LE TEMPS.**

## TABLE DES MATIÈRES

|  |       |
|--|-------|
| Introduction .....   | 2     |
| Instructions concernant la sécurité.....                   | 3-4   |
| Entretien et Conseils.....                                 | 5-8   |
| Liste des pièces du trampoline.....                        | 9     |
| Assemblage du trampoline.....                              | 10-19 |
| Liste des pièces pour l'enclos.....                        | 20    |
| Assemblage de l'enclos .....                               | 21-26 |
| Entretien et instructions pour utiliser le trampoline..... | 27-29 |
| Autres mesures de sécurité.....                            | 30-31 |
| Leçons.....  | 32-33 |
| Garantie limitée.....                                      | 34    |

Merci d'avoir acheté un trampoline Trainor Sports! Ce trampoline a été conçu et fabriqué avec un matériau et une main d'oeuvre de qualité pour vous offrir des années de plaisir et d'exercice dans votre arrière-cour.

Il est très important que le propriétaire et que l'utilisateur ou l'utilisatrice soient au courant des techniques et des règles associées à la sécurité de ce produit. En particulier, les enfants doivent être surveillés en tout temps par un adulte qui est au courant de la façon d'utiliser ce produit en toute sécurité. Prenez les mesures nécessaires pour empêcher que les enfants utilisent le trampoline lorsqu'il n'y a aucune surveillance par une personne adulte. Limitez aussi l'accès à tout utilisateur ou toute utilisatrice n'ayant pas obtenu votre permission au préalable.

Pour réduire les risques associés aux chutes des utilisateurs et des utilisatrices hors du trampoline, l'enclos du trampoline doit être installé et utilisé de façon appropriée en tout temps. L'enclos du trampoline doit être fermé au cours de l'utilisation du trampoline pour éviter que l'utilisateur ou l'utilisatrice tombe du trampoline. Le filet de l'enclos peut se détériorer à la suite de facteurs environnementaux, incluant les rayons ultraviolets, la pluie acide, la pollution, les animaux sauvages et de dommages causés par les personnes, les animaux et les autres objets. Il est très important et nécessaire d'inspecter le filet avant chaque utilisation. L'inspection doit comprendre un examen minutieux dans le but de vérifier la décoloration, l'effilochage, les déchirures, les coupures, les trous, les perforations, l'usure des coutures et les attaches entre l'enclos et le trampoline. Si l'une de ces conditions est évidente, le trampoline ne doit pas être utilisé et le filet doit être remplacé immédiatement. Tout facteur énuméré précédemment peut affaiblir le filet et, par conséquent, une inspection minutieuse est requise avant chaque utilisation.

Assurez-vous aussi que ce produit est installé dans un endroit convenable pour éviter des blessures. La surface idéale pour placer votre trampoline est sur le sol plat et au niveau ou sur l'herbe, et sans obstruction sous ou autour du produit. Le trampoline ne doit pas être utilisé s'il vente puisque le vent peut être responsable d'un mouvement inattendu du produit. Le trampoline doit être entreposé de façon convenable ou désassemblé complètement en cas de vents graves. Si vous demeurez dans un endroit où les vents violents sont de rigueur et vous devez le déplacer souvent, veuillez consulter un entrepreneur local sur les façons de fixer convenablement ce produit.

Pour obtenir de plus amples renseignements concernant le matériel du trampoline, veuillez communiquer sans frais avec Dyaco Canada Inc. en composant le 1-888-707-1880 ou écrivez à l'adresse suivante : 6050 Don Murie, Niagara Falls, Ontario, L2G 0B3 ou au courriel suivant : [customerservice@dyaco.ca](mailto:customerservice@dyaco.ca).

Lisez attentivement toutes les instructions contenues dans ce manuel avant l'assemblage et l'utilisation de ce produit. Gardez ce manuel dans un endroit sécuritaire pour le consulter, s'il y a lieu.

**NE RETOURNEZ PAS CE PRODUIT AU MAGASIN. VEUILLEZ COMMUNIQUER AVEC NOTRE SERVICE À LA CLIENTÈLE POUR LES PIÈCES OU LES INSTRUCTIONS D'ASSEMBLAGE. LES MAGASINS NE SONT PAS EN MESURE D'OFFRIR LE SERVICE À LA CLIENTÈLE CONCERNANT CE PRODUIT.**

**AVANT DE COMMENCER** : Examinez attentivement toutes les étapes d'assemblage et lisez toutes les précautions requises avant l'utilisation du trampoline. Le propriétaire et les personnes responsables de la surveillance du trampoline sont responsables de s'assurer que tous les utilisateurs et toutes les utilisatrices sont au courant des pratiques mentionnées dans les instructions d'utilisation. Gardez ce manuel aux fins de consultations ultérieures.



## **MISE EN GARDE!**

### **Lisez ce qui suit avant d'assembler et d'utiliser le trampoline.**

**MISE EN GARDE** – Pour réduire les risques de blessures aux personnes :

- Lisez et comprenez toutes les instructions et inspectez l'équipement avant d'utiliser le trampoline. Vous êtes responsable de vous familiariser avec l'utilisation convenable de ce produit et les risques inhérents associés à l'utilisation d'un trampoline, par exemple, les chutes sur la tête et le cou, les pincements, l'immobilisation d'une partie du corps ou la défaillance de l'équipement. Le propriétaire est responsable de s'assurer que tous les utilisateurs et toutes les utilisatrices sont bien renseignés sur l'usage convenable de l'équipement et les mesures de sécurité.
- Utilisez le trampoline seulement avec des personnes adultes responsables et informées. La surveillance sur place est nécessaire lorsque le trampoline est utilisé par des enfants ou par, ou avec, des personnes invalides ou handicapées.
- Les trampolines mesurant plus de 20 po (51 cm) de hauteur ne sont pas recommandées pour être utilisés par des enfants âgés de moins de six ans.
- **N'UTILISEZ PAS** le trampoline si vous pesez plus de 220 lb (100 kg).
- **NE PERMETTEZ PAS** à plus d'une personne de sauter sur le trampoline en tout temps. Le fait d'avoir plusieurs sauteurs ou sauteuses augmentent les risques de blessures graves à la tête, au cou, au dos ou aux os.
- **NE FAITES PAS** de saltos (culbutes), ce qui augmente les risques de réception sur la tête ou le cou et peut causer des blessures graves, telles que la paralysie ou la mort!
- **NE SAUTEZ PAS** sur le trampoline avec une planche à neige, une planche à roulettes, des patins à roulettes, une bicyclette ou tout autre équipement qui n'est pas autorisé par le fabricant du trampoline.
- **NE SAUTEZ PAS** sur le trampoline à partir d'un mur ou d'un bâtiment. N'utilisez pas le trampoline comme un tremplin pour sauter sur d'autres objets.
- Ce produit n'a pas été conçu pour l'usage commercial. **N'UTILISEZ PAS** le trampoline à l'intérieur. **N'UTILISEZ PAS** le trampoline dans un endroit commercial, de location, professionnel ou pour faire des acrobaties.
- **NE JOUEZ PAS** ou ne sautez pas sur le produit lors d'intempéries (orages, tornades, ouragans, vents violents ou lorsqu'il est trempé). Les vents violents peuvent soulever l'équipement et causer des blessures graves. Entreposez le trampoline dans un endroit sécuritaire et sec lors de conditions météorologiques graves. Si vous demeurez dans un endroit où les vents sont suffisamment violents pour déplacer le trampoline, veuillez consulter un entrepreneur local sur les façons de fixer convenablement ce produit.
- **NE SAUTEZ PAS** sur le trampoline avec des chaussures de ville ou des souliers de tennis. Les utilisateurs et les utilisatrices du trampoline ne doivent pas porter d'objets pointus ou ne doivent pas apporter d'objets pointus sur le trampoline ou autour du

trampoline. Tout objet pointu doit être enlevé des personnes et éloigné du trampoline en tout temps. Enlevez les boucles, les bijoux et les autres objets pointus.

- Aucun animal domestique ne doit monter sur le trampoline pour éviter d'endommager la toile du trampoline.
- Aucun animal domestique ne doit se tenir sous la toile de saut.
- N'UTILISEZ PAS de pièces Trainor Sports non autorisées, ce qui pourrait endommager l'intégrité du produit et annuler la garantie du fabricant.
- ASSUREZ-VOUS de TOUJOURS garder une hauteur libre convenable au-dessus du trampoline. La hauteur libre recommandée est de 26 pi 3 po (8 mètres) du sol. Assurez-vous qu'il n'y a pas de fils, de branches ou d'autres dangers éventuels autour du trampoline.
- PLACEZ TOUJOURS le trampoline sur une surface au niveau avant de l'assembler et de l'utiliser. Ce trampoline est conçu pour être utilisé à L'EXTÉRIEUR SEULEMENT. La surface idéale pour placer votre produit est sur le sol ou sur l'herbe, là où il n'y a aucune obstruction en dessous, au-dessus ou autour du produit.
- GARDEZ TOUJOURS de l'espace libre autour du trampoline. Éloignez-le des murs, des structures, des clôtures et de tout autre équipement de jeu. Enlevez toutes les obstructions sous et autour du trampoline, par exemple, les branches ou les troncs d'arbres, les fils ou tout autre danger possible.
- INSPECTEZ TOUJOURS le trampoline avant son utilisation pour vérifier si la toile ou l'enclos sont usés, s'il manque des pièces ou si les vis et les boulons sont suffisamment serrés. Assurez-vous que le rembourrage du cadre est placé correctement et de façon sécuritaire. Remplacez immédiatement tout matériel défectueux et n'utilisez pas le trampoline tant qu'il n'est pas réparé.
- PROTÉGEZ TOUJOURS l'enclos des températures extrêmes qui peuvent endommager le filet et causer des blessures.
- ASSUREZ-VOUS que l'enclos du trampoline est installé et utilisé convenablement en tout temps. L'enclos du trampoline doit demeurer fermé lors de son utilisation pour éviter que les utilisateurs et les utilisatrices tombent du trampoline.
- MONTEZ ou DESCENDEZ toujours du trampoline pour l'utiliser. NE SAUTEZ pas sur le trampoline à partir d'un autre objet ou ne sautez pas de celui-ci pour en descendre afin d'éviter des blessures graves.
- CONSULTEZ TOUJOURS votre médecin avant d'entreprendre toute activité physique.
- UTILISEZ TOUJOURS le trampoline dans un endroit bien éclairé. Une lumière artificielle peut s'avérer nécessaire.
- ENTREPOSEZ convenablement le trampoline et l'enclos en tout temps lorsqu'ils ne sont pas utilisés et empêchez qu'ils soient utilisés sans votre permission. Le trampoline doit être démonté et entreposé pendant les conditions météorologiques graves, notamment la chaleur extrême, la neige et les températures sous zéro. Les températures extrêmes peuvent endommager la toile et le filet, ce qui peut causer subséquemment des blessures.
- PORTEZ TOUJOURS des vêtements confortables, des chaussettes ou demeurez pieds nus lorsque vous utilisez le trampoline.
- NE consommez PAS de boissons alcooliques ni de médicaments si vous utilisez le trampoline.

**MISE EN GARDE!**  
**COMMENCEZ TOUJOURS VOTRE SAUT AU CENTRE DE LA TOILE DU**  
**TRAMPOLINE.**  
**LE FAIT DE NE PAS RESPECTER CES INSTRUCTIONS ET AVERTISSEMENTS PEUT**  
**CAUSER DES BLESSURES GRAVES ET MÊME LA MORT.**

|   |   |  |
|---|---|--|
|  <b>MISE EN GARDE</b>  |   |  |
|    | <p>UNE SEULE PERSONNE À LA FOIS SUR LE TRAMPOLINE! LE FAIT D'AVOIR PLUS D'UNE PERSONNE AUGMENTE LE RISQUE DE BLESSURES À LA TÊTE, AU COU, AUX JAMBES OU AU DOS.</p> |  |
| <p>LA PARALYSIE OU LA MORT PEUT S'ENSUIVRE LORS D'UNE MAUVAISE RÉCEPTION SUR LA TÊTE OU LE COU! NE FAITES PAS DE SALTOS (CULBUTES), CE QUI AUGMENTE VOS RISQUES DE RÉCEPTION SUR LE TÊTE OU LE COU!</p> |   |  |

Toujours consulter un médecin avant de commencer une d'activité physique quelconque.

**MISE EN GARDE IMPORTANTE CONCERNANT L'ENCLOS ET LE COUSSIN DE SÛRETÉ**  
**FILET ET COUSSIN DE SÛRETÉ DU TRAMPOLINE – ENTRETIEN REQUIS**



**IMPORTANT!**

**LISEZ CE QUI SUIVIT! Si vous ne suivez pas ces instructions pour assurer les conditions d'opération convenables, votre trampoline peut causer des blessures graves et même la mort. Ne donnez pas la permission à plusieurs personnes d'utiliser le trampoline en même temps.**

**1. Entretien du filet de l'enclos et du coussin de sûreté du trampoline**

L'enclos et le coussin de sûreté usent et déchirent comme les pneus d'une automobile. La détérioration graduelle du matériel se produit à un rythme dépendant du niveau d'exposition aux rayons ultraviolets, à la pollution de l'air et aux conditions météorologiques extérieures telles que la pluie et le vent.

Le filet et le coussin de sûreté doivent être entretenus convenablement et vérifiés en suivant le programme d'entretien détaillé dans ces instructions. Lorsque le matériel présente des signes de faiblesse, vous devez cesser immédiatement l'utilisation du trampoline, l'entreposer convenablement et empêcher qu'il soit utilisé jusqu'à ce que le filet et le coussin de rechange soient installés convenablement.

Vous pouvez vous procurer des filets et des coussins de sûreté officiels de rechange en communiquant avec notre Service à la clientèle autorisé en composant sans frais le 1-888-707-1880.

## 2. Entretien nécessaire de l'enclos

L'enclos du trampoline est fabriqué avec du matériel résistant aux rayons ultraviolets. Malgré tout, le filet est exposé aux éléments extérieurs incluant la lumière du soleil, le vent, la pluie et les animaux sauvages.

Le coussin de sûreté autour du trampoline doit être vérifié avant chaque utilisation, ce qui inclut, mais ne se limite pas à l'inspection du filet pour les fentes, l'usure excessive, la fragilité, les connexions et l'intégrité générale. Le filet doit être remplacé immédiatement s'il présente un signe d'usure ou un dommage quelconque, s'il est étiré ou fendu, s'il est desserré ou s'il y a toute perte d'intégrité. Le programme d'entretien suivant doit être effectué :

### 1 à 3 mois

Une inspection complète pour dépister les dommages causés par les rayons ultraviolets.  
Une inspection complète du filet avant chaque utilisation.

### 3 à 6 mois

Une inspection complète pour dépister les dommages causés par les rayons ultraviolets.  
Une inspection complète du filet, des crochets du filet et des courroies avant chaque utilisation.

### 6 à 12 mois

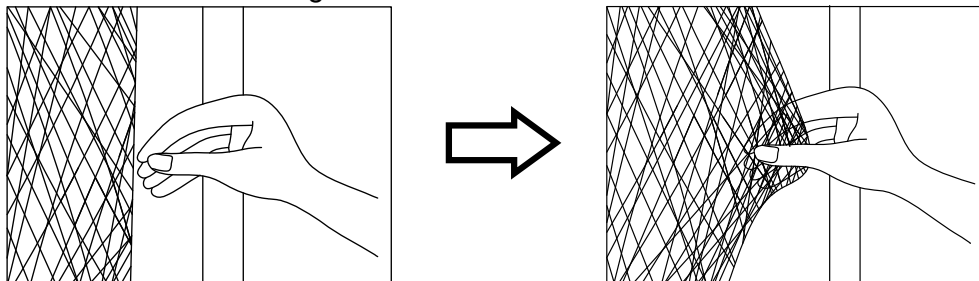
Une inspection complète du filet, des crochets du filet, des courroies, des fermetures éclair, des attaches et des cordes avant chaque utilisation. Remplacez-les après 12 mois d'usure ou avant.

**IL EST RECOMMANDÉ DE REMPLACER LE FILET SUR UNE BASE ANNUELLE (ET MÊME AVANT) LORS DE L'UTILISATION NORMALE, MÊME S'IL NE PRÉSENTE AUCUN SIGNE VISIBLE DE DOMMAGE.**

### Comment faut-il inspecter le filet du trampoline pour assurer un usage sécuritaire

Vérifiez toujours l'enclos pour dépister les dommages causés par les rayons ultraviolets, la détérioration, la fragilité, les fentes et les déchirures avant l'utilisation du trampoline et de l'enclos.

**Étape 1** : Inspectez l'enclos avant CHAQUE utilisation pour vérifier l'usure et les déchirures en pinçant et en tirant une section du filet entre les doigts, puis en tirant vers le bas. Veuillez consulter le diagramme ci-dessous.



En cas de déchirures, de fendillement ou d'un bruit de déchirure, le filet est considéré dangereux et DOIT être démonté immédiatement. Cessez d'utiliser l'enclos du trampoline si des signes d'usure apparaissent sur le filet.

**Étape 2 :** Marchez autour du périmètre du trampoline pour inspecter visuellement tout signe de détérioration du matériel ou tout autre dommage.

### 3. CONSEILS DE SÉCURITÉ POUR L'UTILISATION DE L'ENCLOS DU TRAMPOLINE

- N'essayez pas de sauter par-dessus l'enclos ou de ramper sous l'enclos.
- Ne rebondissez pas intentionnellement du filet de l'enclos.
- Ne vous accrochez pas au filet de l'enclos, ne donnez pas de coups de pied au filet de l'enclos, ne coupez pas le filet de l'enclos ou ne grimpez pas au filet de l'enclos.
- Portez des vêtements sans lacets, crochets, boucles ou tout ce qui pourrait s'accrocher au filet de l'enclos.
- N'attachez rien au filet de l'enclos à moins que ce soit un accessoire approuvé par le fabricant ou qui fait partie du système de l'enclos.
- Entrez et sortez de l'enclos en utilisant seulement la porte ou l'ouverture du filet de l'enclos conçue à cette fin.
- Puisque l'enclos installé sur un trampoline est soulevé de terre, la hauteur de l'enclos augmente le risque de chute lorsque l'utilisateur ou l'utilisatrice entre ou sort de l'enclos. Les jeunes enfants en particulier peuvent avoir de la difficulté à entrer ou à sortir de l'enclos. Pour réduire le risque de chute, aidez-les à entrer et à sortir de l'enclos.
- Entrez et sortez de l'enclos du trampoline en utilisant seulement l'ouverture de l'enclos (l'ouverture dans les murs de l'enclos). La toile du trampoline et les murs de l'enclos sont des pièces séparées. Les utilisateurs et les utilisatrices, particulièrement les jeunes enfants, ne doivent pas sortir de l'enclos entre la toile et les murs de l'enclos. Si vous sortez de cette façon, vous risquez l'étranglement entre le cadre du trampoline et les murs de l'enclos.
- N'attachez rien au filet, à moins que ce soit un accessoire approuvé par Trainor Sports ou qui fait partie du système de l'enclos.

### 4. Entretien requis pour le coussin de sûreté du trampoline.

Marchez autour du périmètre du trampoline pour inspecter visuellement tout signe de détérioration du matériel, les déchirures, le desserrement, la perte d'élasticité ou tout autre dommage au coussin de sûreté.

Il est recommandé de remplacer l'enclos et le coussin de sûreté du trampoline après 12 mois d'utilisation ou avant, s'il y a des signes d'usure, de déchirement, de fragilité, de fendillement, d'étirement ou tout autre signe de détérioration.

Vous pouvez vous procurer des filets et des coussins de sûreté officiels de rechange en communiquant avec notre Service à la clientèle autorisé en composant sans frais le 1-888-707-1880.

**LE FAIT DE NE PAS SUIVRE CES INSTRUCTIONS ET CES MISES EN GARDE PEUT CAUSER DES BLESSURES GRAVES OU MÊME LA MORT.**



## **INSTRUCTIONS D'ASSEMBLAGE ET D'INSTALLATION**

### **AVANT DE COMMENCER**

Examinez toutes les étapes avant d'assembler le trampoline et lisez toutes les précautions avant de l'utiliser. Au moins deux personnes devraient faire l'assemblage de ce trampoline. Des gants devraient être utilisés au cours de l'assemblage pour éviter tout pincement par les ressorts et des lunettes protectrices devraient être portées pour éviter toute blessure aux yeux.

Lors de l'assemblage de ce trampoline, tout ce dont vous avez besoin est l'outil spécial qui l'accompagne pour accrocher les ressorts. Si le trampoline n'est pas utilisé pendant une longue période de temps, il devrait être démonté et entreposé convenablement dans un endroit sec.

### **AVANT L'ASSEMBLAGE**

Avant de commencer l'assemblage de ce produit, veuillez consulter la liste des pièces et vous assurer d'avoir toutes les pièces nécessaires. S'il en manque, communiquez sans frais avec notre Service à la clientèle en composant le 1-888-707-1880 pour les obtenir.

### **OÙ INSTALLER LE TRAMPOLINE?**

Afin d'utiliser le trampoline en toute sécurité, assurez-vous de l'installer dans un endroit qui répond aux conditions suivantes :

- La hauteur libre minimale requise est de 26 pi 3 po (8 mètres).
- Le trampoline doit être installé sur une surface au niveau, préférablement l'herbe.
- Enlevez toute obstruction sous le trampoline et gardez un espace libre autour du trampoline. Ne placez pas le trampoline près des murs, des clôtures, d'autres équipements de jeu, etc.
- Assurez-vous que le trampoline est installé dans un endroit bien éclairé.
- Le trampoline devrait être installé dans un endroit où l'accès et l'usage peuvent être restreints, par exemple, les enfants du voisinage qui n'ont la permission, ni la surveillance pour l'utiliser.

Si vous ne suivez pas ces lignes directrices, vous augmentez les risques de blessures.



## MISE EN GARDE



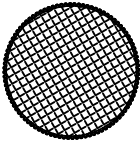
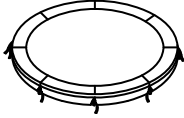
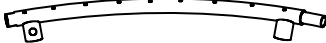
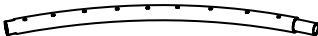


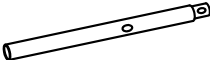


UNE SEULE PERSONNE À LA FOIS SUR LE TRAMPOLINE! LE FAIT D'AVOIR PLUS D'UNE PERSONNE AUGMENTE LE RISQUE DE BLESSURES À LA TÊTE, AU COU, AUX JAMBES OU AU DOS.






LA PARALYSIE OU LA MORT PEUT S'ENSUIVRE LORS D'UNE MAUVAISE RÉCEPTION SUR LA TÊTE OU LE COU! NE FAITES PAS DE SALTOS (CULBUTES), CE QUI AUGMENTE VOS RISQUES DE RÉCEPTION SUR LE TÊTE OU LE COU!

Toujours consulter un médecin avant de commencer une d'activité physique quelconque.

### LISTE DES PIÈCES

| N° de pièce | DIAGRAMME   | DESCRIPTION   | Qté |
|-------------|---|---|-----|
| HJ531401    |    | Toile de trampoline cousue avec des anneaux triangulaires | 1   |
| HJ531402    |    | Coussin du cadre  | 1   |
| HJ531403    |  | Support supérieur avec douille de pied                    | 6   |
| HJ531404    |  | Support supérieur   | 6   |
| HJ531405    |  | Pied de base  | 6   |
| HJ531406A   |  | Rallonge verticale de pied                                | 8   |
| HJ531406B   |  | Rallonge verticale de pied avec deux orifices             | 4   |
| HJ531407    |  | Ressorts galvanisés (28N 5 1/2 po)                        | 72  |
| HJ531408    |  | Plaque étiquette de danger                                | 1   |

|          |   |                                   |   |
|----------|---|-----------------------------------|---|
| HJ531409 |  | Outil pour accrocher les ressorts | 1 |
| HJ531410 |  | Petite rondelle à ressort         | 8 |
| HJ531411 |  | Vis de blocage                    | 8 |

**PORTEZ DES GANTS AU COURS DE L'ASSEMBLAGE POUR ÉVITER TOUS PINCEMENTS. IL FAUT AU MOINS DEUX PERSONNES POUR ASSEMBLER LE TRAMPOLINE.**

### ASSEMBLAGE

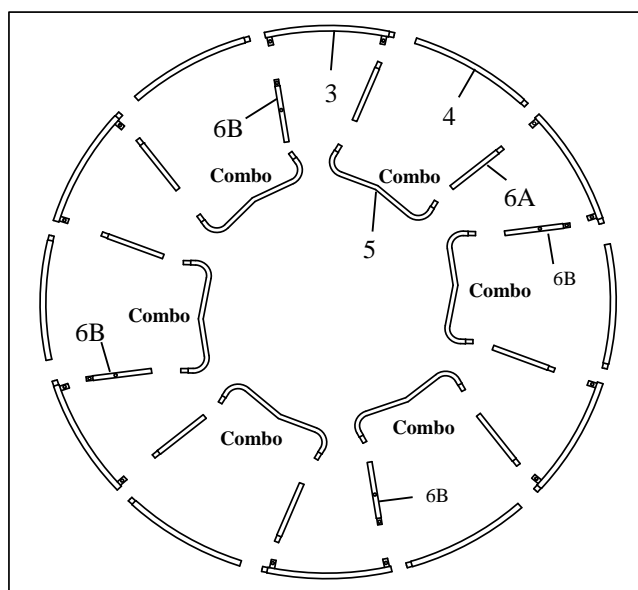
- Enlevez les pièces de la boîte et vérifiez si vous avez toutes les pièces énumérées dans la LISTE DES PIÈCES.
- Il faut au moins deux personnes pour assembler ce trampoline.
- Veuillez porter des gants de travail de qualité supérieure lors de l'assemblage.

### ÉTAPE 1 - Plan du cadre

Il faut 30 tubes en tout pour assembler le cadre. Toutes les pièces portant le même numéro sont interchangeables et n'ont pas d'orientation « droite » ou « gauche ».

Pour joindre les pièces, glissez simplement une section de tube avec un diamètre plus petit à une extrémité dans une section adjacente qui a un plus gros diamètre à une extrémité. Ces jonctions sont appelées « points de connexion ».

Étalez toutes les pièces tel qu'illustré. Assurez-vous que les trous sur la rallonge verticale de pied (6B) sont orientés vers l'extérieur du diamètre du trampoline; ceci est important pour attacher les montants de l'enclos au cours de l'assemblage de l'enclos.



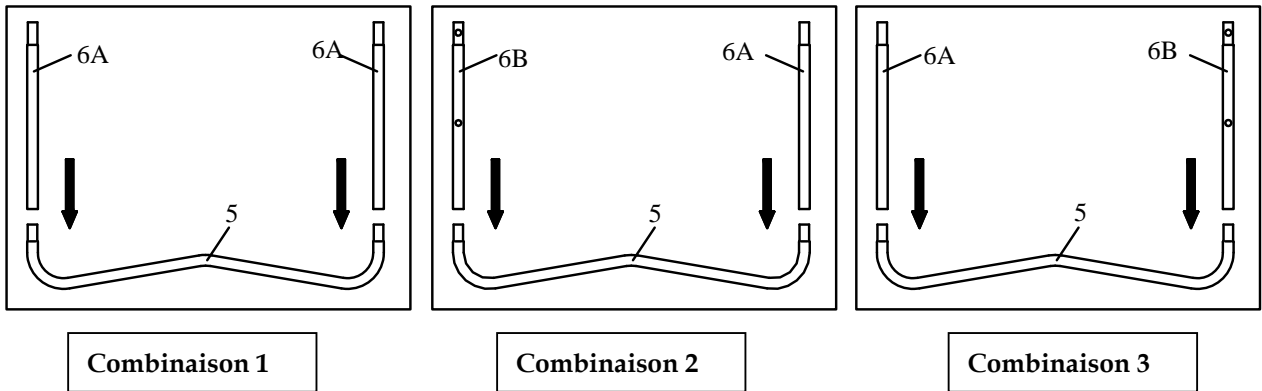
- A. Étalez toutes les sections du cadre dans la formation d'un cercle tel qu'illustré. Veuillez porter une attention spéciale à la séquence de cette étape de l'assemblage.
- B. Vous devriez avoir les pièces suivantes :
- support supérieur avec douille de pied (3) - 6 pièces
  - support supérieur (4) - 6 pièces
  - pedestal de base (5) - 6 pièces
  - rallonge verticale de pied (6A) - 8 pièces
  - rallonge verticale de pied (6B) - 4 pièces

**Figure 1**

### ÉTAPE 2 - Assemblage des supports

Glissez toutes les rallonges verticales de pied dans le pied de base (5) tel qu'illustré. Assurez-vous qu'il y a

deux ensembles de chaque combinaison tel qu'illustré ci-dessous.



### ÉTAPE 3 - Assemblage du support supérieur

Il faut deux personnes à ce moment-ci pour assembler le trampoline.

Consultez le diagramme de l'étape 1. Placez l'assemblage des supports tel qu'illustré dans le diagramme, combinaison 1, combinaison 2 et combinaison 3, et répétez.

Utilisant la combinaison de l'étape 2, levez la combinaison 1, insérez le support supérieur avec douille de pied (3) dans une extrémité de la rallonge verticale de pied (6A). Levez la combinaison 2 et insérez l'autre extrémité du même support supérieur avec douille de pied dans la rallonge verticale de pied (6B) de la combinaison 2.

Prenez un autre support supérieur avec douille de pied (3) et insérez-le dans la pièce 6A de la combinaison 2. Levez la combinaison 3 et insérez l'autre extrémité de la même rallonge verticale de pied (6A) de la combinaison 3.

Répétez l'étape suivante jusqu'à ce que toutes les rallonges verticales de pied aient été fixées au support supérieur avec douille de pied.

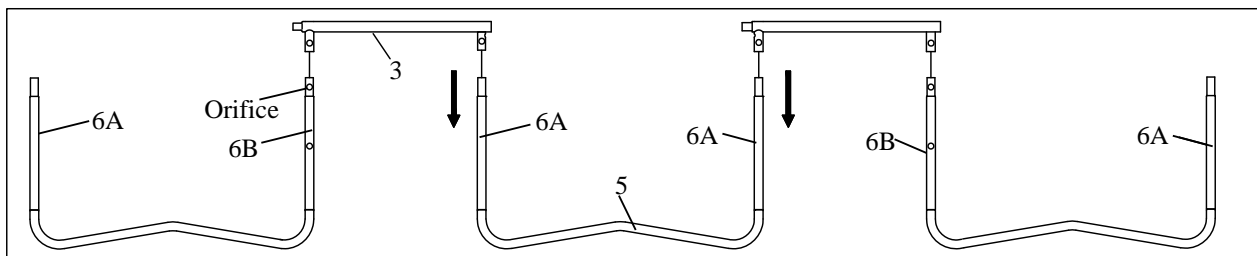


FIGURE 3

Installez le support supérieur (4) dans les écartements entre les rallonges verticales de pied en l'insérant dans la fente tel qu'illustré.

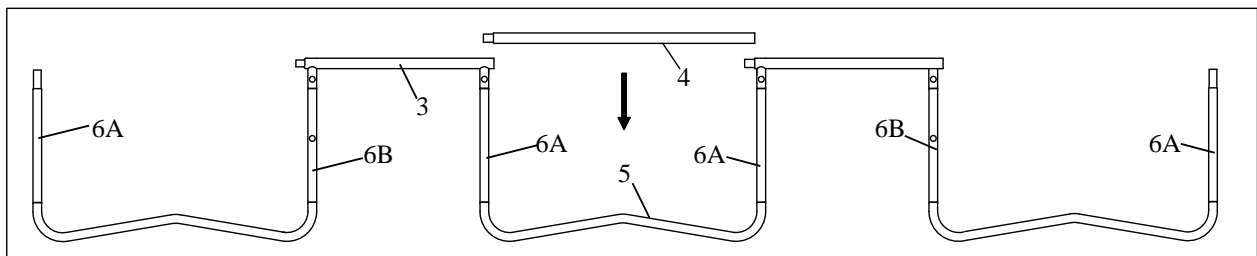


FIGURE 3A



## Avis important

- Assurez-vous d'aligner les orifices du support supérieur avec douille de pied et de la rallonge verticale de pied (deux orifices).
- Si les orifices ne sont pas alignés, tournez simplement la rallonge verticale de pied (deux orifices) jusqu'à ce qu'ils le soient.
- Les orifices doivent être alignés pour assembler l'enclos.

### ÉTAPE 4

Fixer les supports de base avec les supports supérieur avec douille de pied (#3). Insérer la vis de blocage (#11) à travers la petite rondelle à ressort (#10) dans le trou avec l'aide de la clef allen (K) tel qu'illustré à la figure 4.

**Note:** Ne pas trop serrer les vis à cette étape. Vous devez serrer toutes les vis seulement après que tous les ressorts (#7) on été installés.

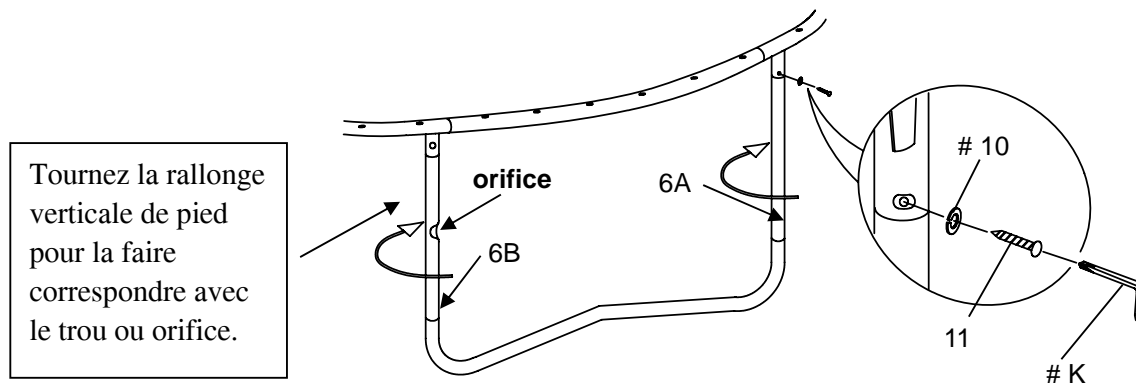


FIGURE 4

## ÉTAPE 5 - Assemblage de la toile du trampoline

Placez la toile du trampoline (1) à l'intérieur du cadre, les étiquettes de mise en garde orientées vers le haut tel qu'illustré à la FIGURE 5.

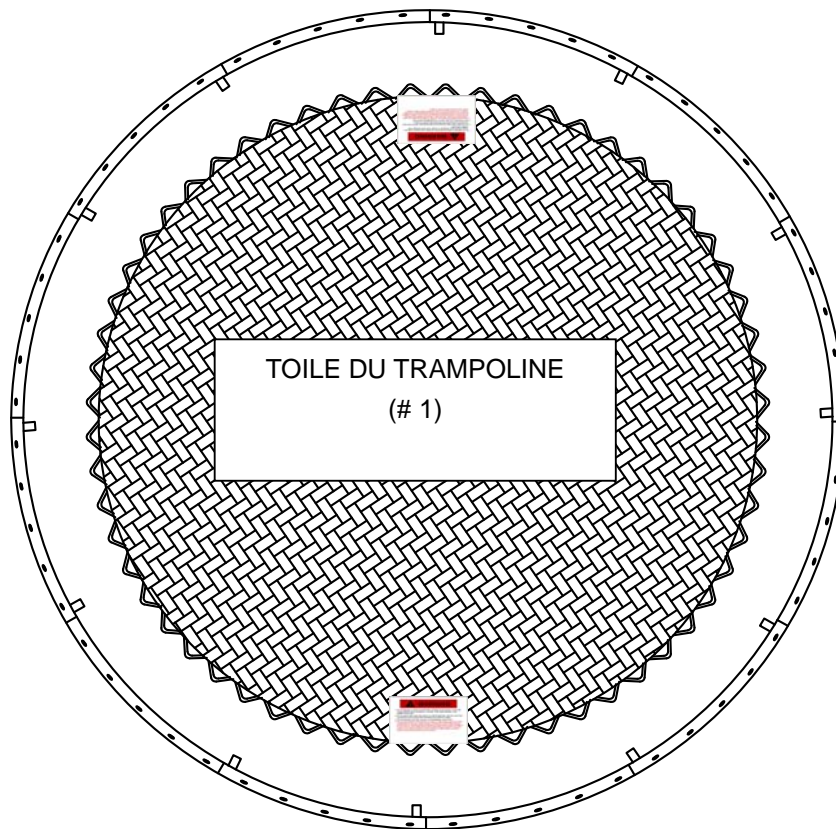
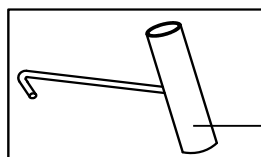


FIGURE 5

## INSTRUCTIONS POUR ACCROCHER LES RESSORTS

### ATTENTION

- 1 Il faut deux adultes pour effectuer cette étape.
- 2 Portez des gants de travail de qualité supérieure pour protéger vos mains.
- 3 Utilisez l'outil spécial inclus pour accrocher les ressorts.
- 4 En accrochant les ressorts, ne placez pas les mains, les jambes ou le corps à proximité du point de connexion. Les points de connexion peuvent devenir des endroits à risque puisque le trampoline se resserre.



OUTIL POUR ACCROCHER LES RESSORTS

## ÉTAPE 6

Choisissez un point quelconque sur le cadre du support supérieur (appelons-le le POINT ZÉRO) tel qu'illustré à la FIGURE 6.

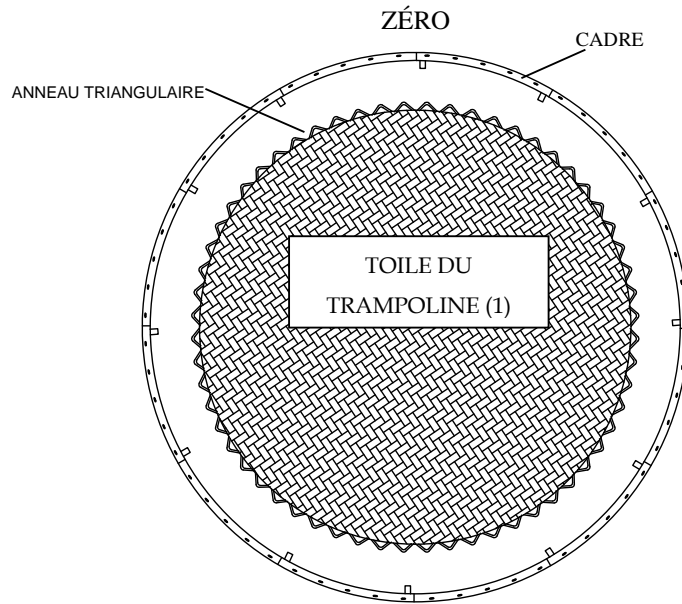


FIGURE 6

**ÉTAPE 7** - Tenez l'outil pour accrocher les ressorts dans la main en orientant la paume vers le bas et tirez le crochet du ressort vers le cadre en acier tel qu'illustré à la FIGURE 7. Insérez le crochet dans l'orifice du cadre jusqu'à ce qu'il s'enclenche complètement. Cognez le crochet vers le bas s'il n'est pas inséré complètement dans l'orifice.

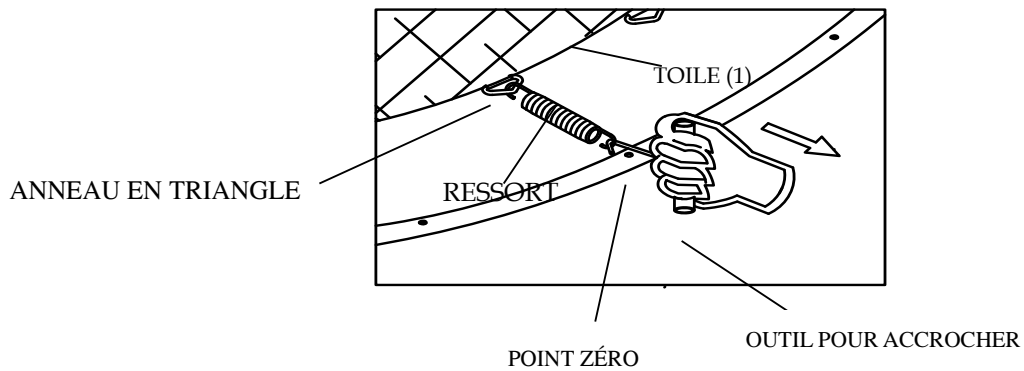


FIGURE 7

## ÉTAPE 8

Comptez jusqu'au 36ème orifice sur le support supérieur et jusqu'au 36ème anneau triangulaire sur la toile du trampoline; vous devriez être au point 36. Accrochez un ressort à ce point tel qu'illustré.

À partir du point 36, comptez à rebours 18 orifices sur le support supérieur et 18 anneaux triangulaires; vous devriez être au point 18. Accrochez un ressort à ce point tel qu'illustré.

Comptez une autre série de 18 orifices et 18 anneaux triangulaires à partir du point 36; vous devriez être au point 54. Accrochez un ressort à ce point tel qu'illustré. À ce moment de l'assemblage, vous devriez avoir installé quatre ressorts aux points ZÉRO, 18, 36 et 54. Cette distribution égale de la tension est critique pour assembler, de façon appropriée, le reste de la toile du trampoline tel qu'illustré à la FIGURE 8.

Note: En tout, 72 anneaux triangulaires sont cousus à la toile et 72 orifices apparaissent dans le support supérieur. Aucun anneau ou orifice n'est numéroté. Suivez les instructions attentivement pour vous assurer d'installer la toile de façon appropriée.

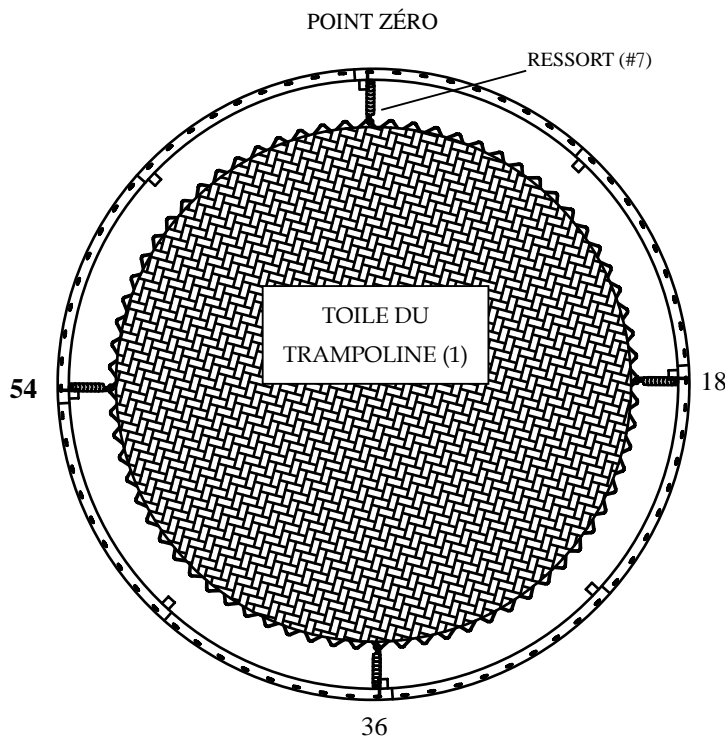


FIGURE 8



## ÉTAPE 9

Accrochez un ressort à chaque 6 orifices et aux anneaux triangulaires correspondants. Pour obtenir une distribution égale de la tension et faciliter l'assemblage, les ressorts devraient être placés sur les côtés opposés de la toile et du cadre, par exemple, 6 puis 42 ainsi que 24 puis 60. En plus des ressorts précédents installés, vous devriez avoir installé des ressorts aux points 6, 12, 24, 30, 42, 48, 60 et 66 tel qu'illustré à la FIGURE 9.

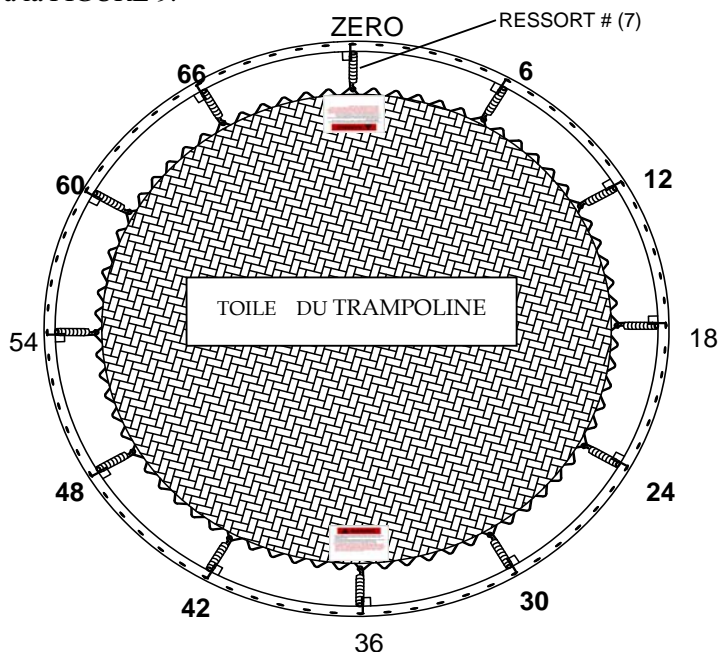


FIGURE 9

## ÉTAPE 10

Accrochez un ressort à chaque 3 orifices et aux anneaux triangulaires correspondants. Pour obtenir une distribution égale de la tension et faciliter l'assemblage, les ressorts devraient être placés sur les côtés opposés de la toile et du cadre, par exemple, 3 puis 39 ainsi que 57 puis 21. En plus des ressorts précédents installés, vous devriez avoir installé des ressorts aux points 3, 9, 15, 21, 27, 33, 39, 45, 51, 57, 63 et 69 tel qu'illustré à la FIGURE 10.

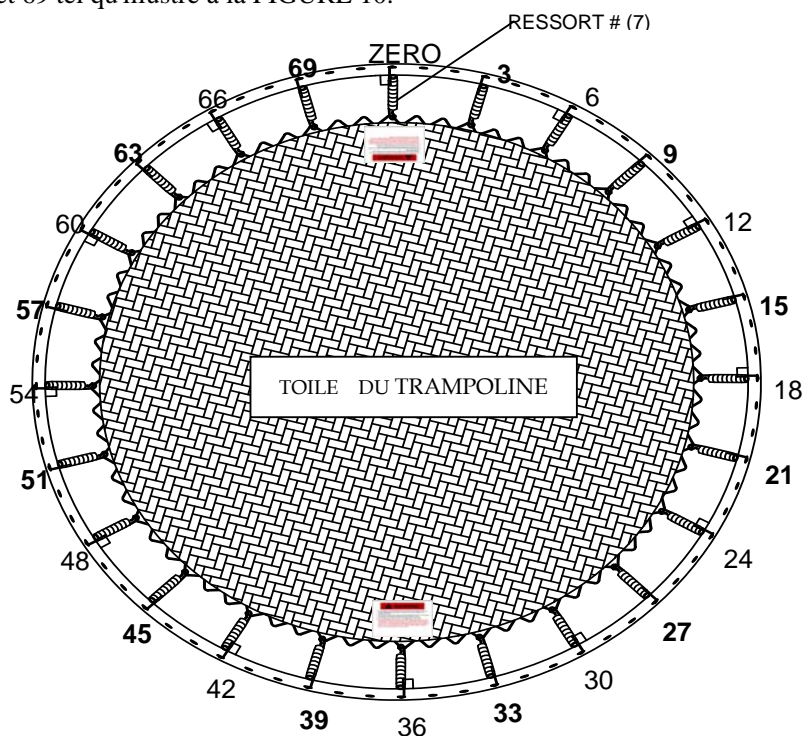


FIGURE 10



## ATTENTION:

Si vous réalisez que vous avez mal calculé un orifice et un anneau triangulaire de raccordement, comptez de nouveau ou attachez les ressorts nécessaires pour avoir le bon nombre de ressorts.

### ÉTAPE 11

Attachez ensuite le reste des ressorts, soit 48, en empruntant la même procédure pour compter également les orifices. **Important** : Une fois cette étape terminée, retourner à l'étape 4 afin de serrer toutes les vis installées à cette étape.

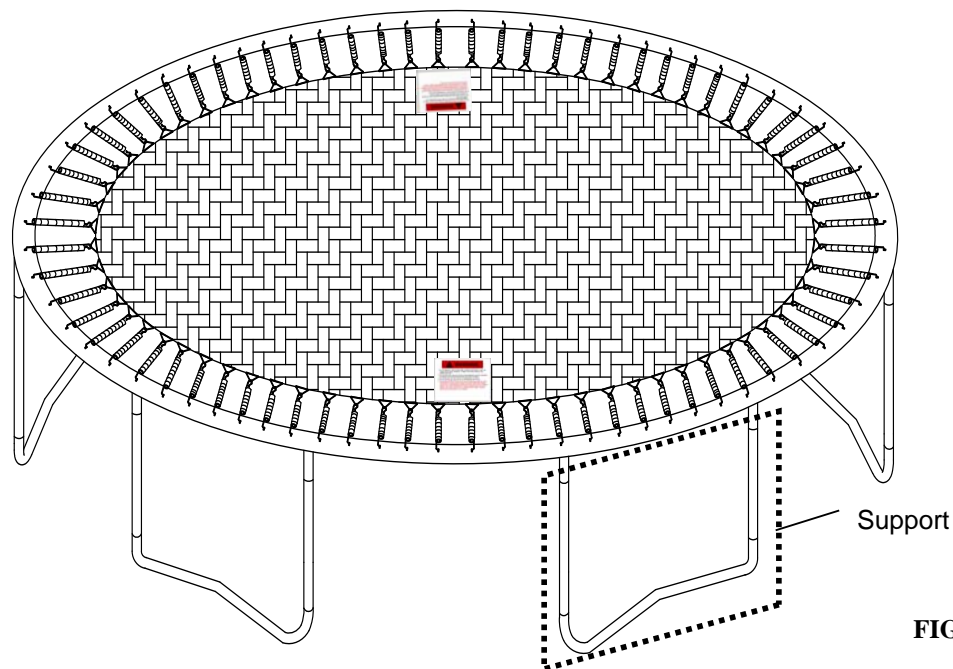


FIGURE 11

### ÉTAPE 12 - Installation de la plaque étiquette de danger

Fixez la plaque étiquette de danger au trampoline à l'aide de l'attache autobloquante. L'attache autobloquante devrait être installée autour de la jonction du support vertical et du support supérieur pour s'assurer qu'elle demeure fixée au trampoline et qu'elle ne glisse pas en bas.

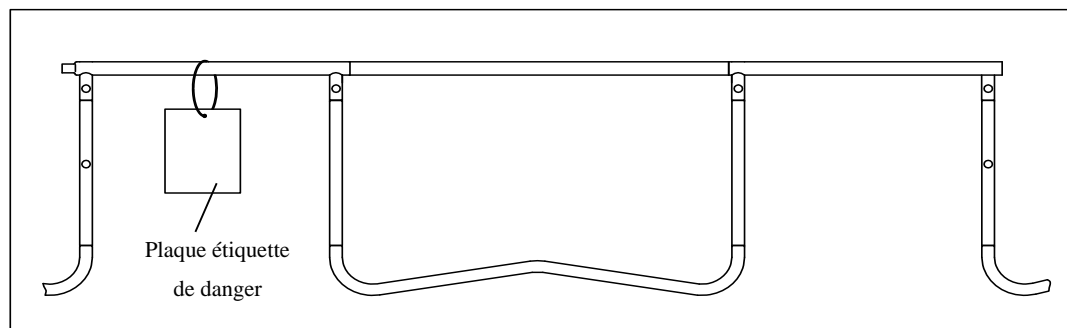


FIGURE 12

### Assemblage du coussin de sûreté

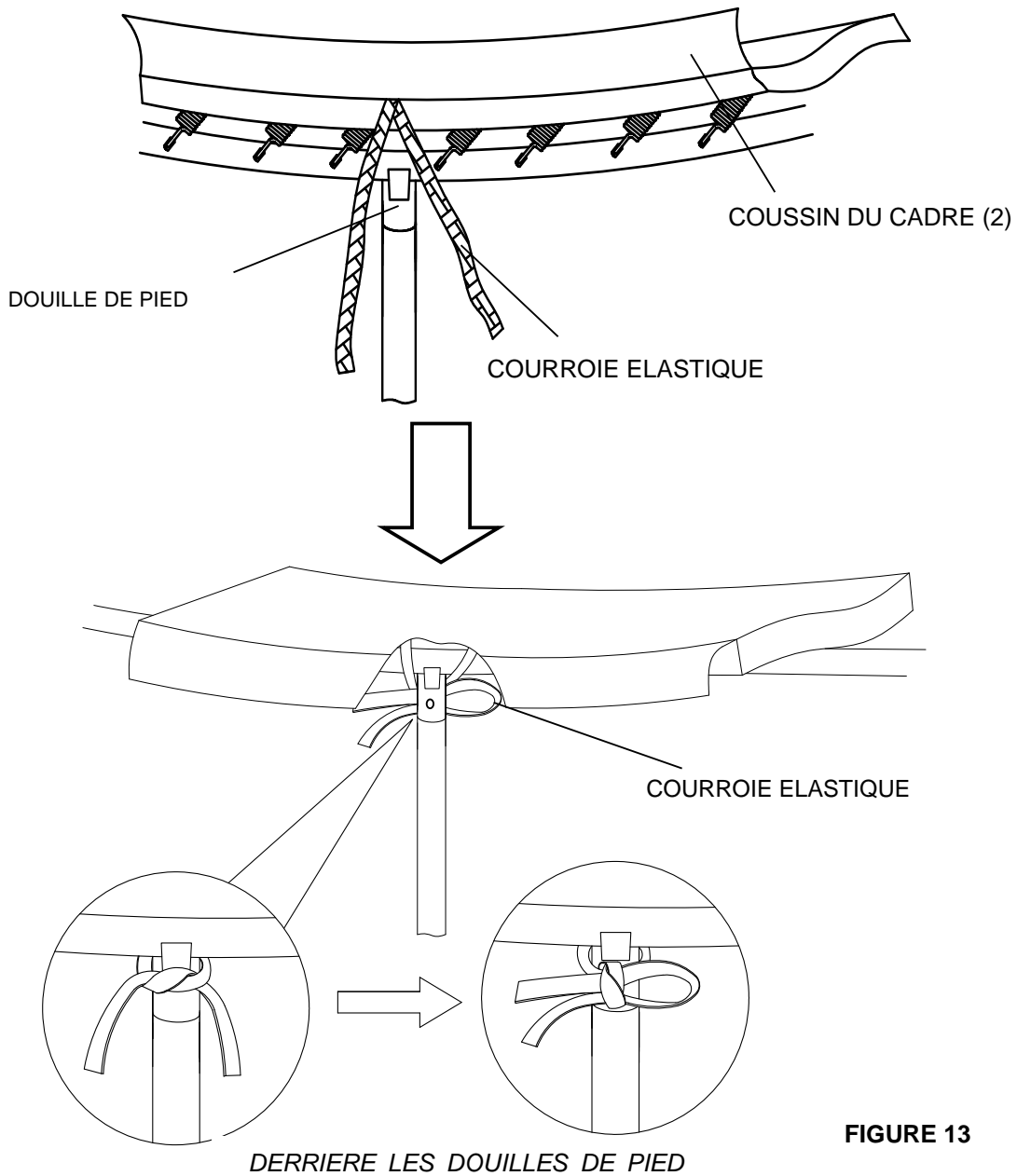


## MISE EN GARDE!

N'utilisez jamais le trampoline sans le coussin de sûreté. Attachez le coussin de sûreté de façon appropriée avant chaque utilisation du trampoline! Assurez-vous que le coussin de sûreté est bien placé et serré sur le trampoline avant d'installer l'enclos.

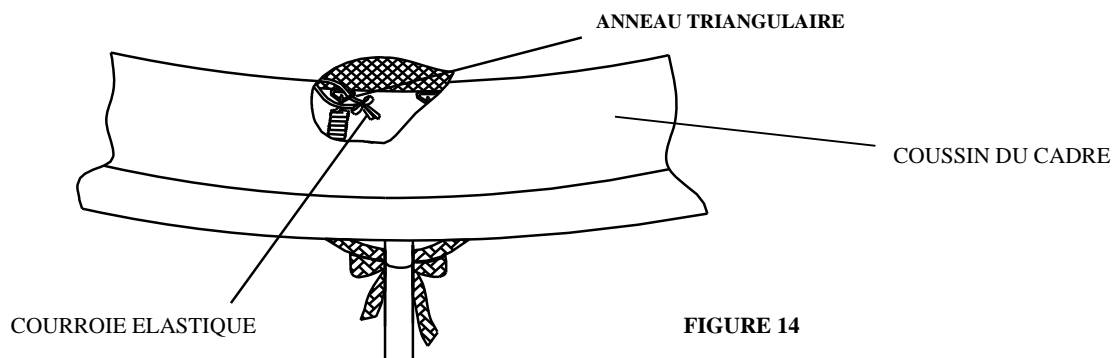
### ÉTAPE 13

Placez le coussin du cadre (2) sur le trampoline de façon à couvrir les ressorts et le cadre en acier. Assurez-vous que le coussin du cadre couvre toutes les pièces en métal. Alignez les courroies élastiques tel qu'illustré à la FIGURE 13, tout en alignant les courroies alternatives en arrière des douilles de pied. Faire un demi-noeud et ensuite l'attacher dans un arc unilatéral tel qu'illustré à la figure 13. Répétez ceci pour toutes les courroies.



## ÉTAPE 14

Attachez la courroie élastique près de la toile de saut à un anneau triangulaire en faisant un noeud tel qu'illustré à la FIGURE 14. Assurez-vous que le noeud est serré et que le coussin de sûreté est bien solide sur le trampoline. Vérifiez toutes les courroies élastiques à cet effet.



**AVIS IMPORTANT :** Inspectez attentivement le trampoline au complet pour vous assurer que toutes les pièces sont assemblées et attachées de façon appropriée.

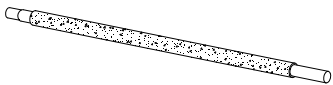



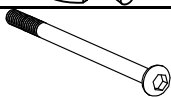
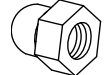


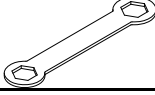

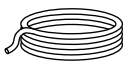
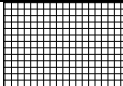


Lisez ce guide au complet et assurez-vous que les sauteurs et les sauteuses comprennent toutes les règles de sécurité imprimées dans ce guide et sur toutes les étiquettes de mise en garde. Informez tous les sauteurs et toutes les sauteuses à propos des sauts de base décrits dans ce guide.

Assurez-vous que le coussin de sûreté du trampoline est bien placé et bien attaché au cadre avant d'utiliser le trampoline. N'utilisez pas le trampoline si un ressort ou un anneau triangulaire est endommagé ou manquant.

## DÉMONTAGE

Pour démonter le trampoline, suivez les étapes d'assemblage à rebours. N'essayez pas de démonter une composante du cadre avant d'enlever les ressorts et la toile de saut. Portez des gants pour protéger vos mains contre tous pincements lors du démontage.

## LISTE DES PIÈCES DE L'ENCLOS

| N° de pièce | Diagramme   | Description                         | Qté |
|-------------|---|-------------------------------------|-----|
| A           |    | TUBE DU CADRE SUPÉRIEUR AVEC MOUSSE | 4   |
| B           |    | TUBE DU CADRE INFÉRIEUR AVEC MOUSSE | 4   |
| C           |    | CAPUCHON DE TUBE                    | 4   |
| D           |    | ENTRETOISE D'ÉCARTEMENT             | 8   |
| E           |    | VIS                                 | 8   |
| F           |    | ÉCROU-CAPUCHON                      | 8   |
| G           |    | RONDELLE À RESSORT À BEC            | 8   |
| H           |    | RONDELLE ARCHÉE                     | 8   |
| J           |   | CLEF                                | 1   |
| K           |  | CLEF ALLEN                          | 1   |
| L           |  | Cordon                              | 7   |
| M           |  | FILET DE L'ENCLOS                   | 1   |
| N           |  | Plaque étiquette de danger          | 1   |
| O           |  | EMBOUT                              | 4   |

Portez des gants pour protéger vos mains contre tous pincements lors de l'assemblage ainsi que des lunettes afin de protéger vos yeux.

**NOTE**

**UNE CERTAINE DÉFORMATION DES TUBES EN MOUSSE PEUT SE PRODUIRE AU COURS DE L'EXPÉDITION, CE QUI EST NORMAL. LES TUBES REPRENDRONT LEUR FORME AVEC LE TEMPS.**

**AVANT DE COMMENCER :**

Examinez attentivement toutes les étapes d'assemblage et lisez toutes les précautions requises avant l'utilisation du trampoline.

**Note:** IL FAUT DEUX ADULTES POUR L'ASSEMBLAGE DE L'ENCLOS.

**ÉTAPE 15**

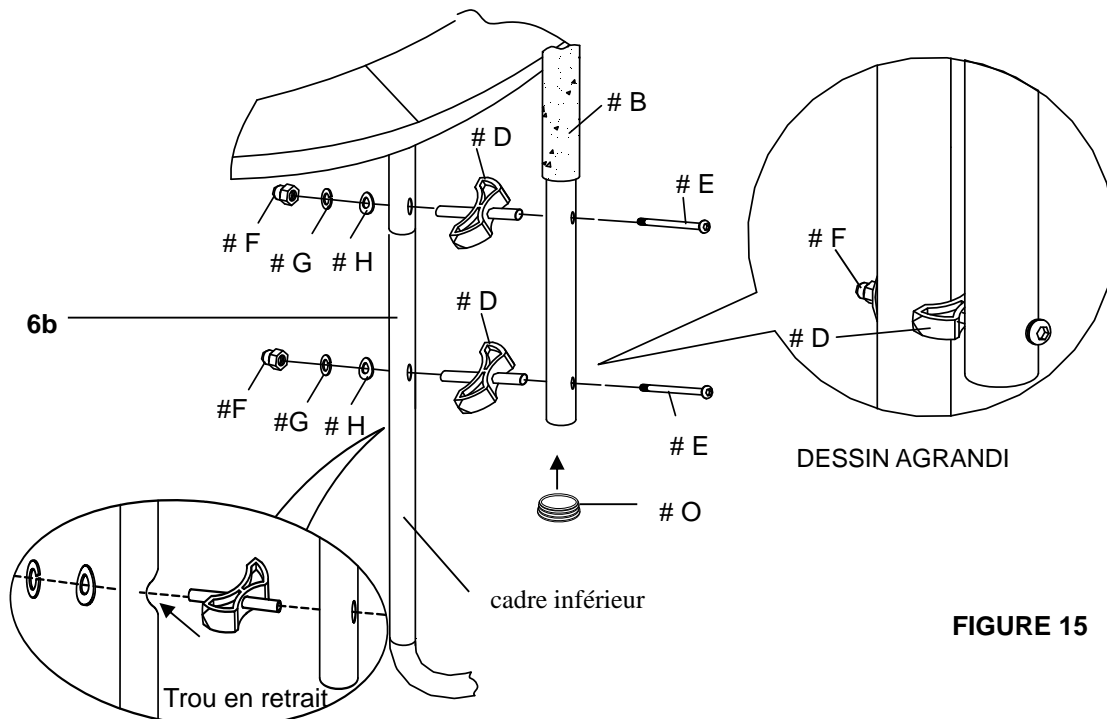
- Demandez de l'aide pour tenir les tubes du cadre.  
Empruntez un rythme régulier au cours de cette étape.

Insérez l'embout (O) au TUBE DU CADRE INFÉRIEUR AVEC MOUSSE (B) – du côté où l'ouverture est grande.

Fixez une VIS (E) au TUBE INFÉRIEUR DU CADRE AVEC MOUSSE (B), à l'ENTRETOISE D'ÉCARTEMENT (D) et ensuite au CADRE INFÉRIEUR du trampoline en les serrant avec une RONDELLE ARCHÉE (H), une RONDELLE À RESSORT À BECS (G) et un ÉCROU-CAPUCHON (F) tel qu'illustré à la FIGURE 15. Répétez cette étape avec tous les ensembles de tubes du cadre.

Assurez-vous que la plus petite arche de l'ENTRETOISE D'ÉCARTEMENT (D) est orientée vers le TUBE DU CADRE INFÉRIEUR AVEC MOUSSE (B).

Assurez-vous que les trois orifices du TUBE INFÉRIEUR DU CADRE AVEC MOUSSE (B) sont orientés vers l'extérieur. Deux orifices ne sont pas recouverts par le tube de mousse et sont conçus pour l'assemblage au CADRE INFÉRIEUR. L'autre orifice est situé à l'extrémité opposée; il peut être recouvert par le tube de mousse et est conçu pour la connexion au TUBE DU CADRE SUPÉRIEUR AVEC MOUSSE (A) dans une étape d'assemblage ultérieure.



**FIGURE 15**

## ÉTAPE 16

Fixez le CAPUCHON DE TUBE (C) au TUBE SUPÉRIEUR DU CADRE AVEC MOUSSE (A) tel qu'illustré à la FIGURE 16.

Répétez cette étape pour tous les tubes supérieurs du cadre.

Fixez le TUBE SUPÉRIEUR DU CADRE AVEC MOUSSE (A) au TUBE INFÉRIEUR DU CADRE AVEC MOUSSE (B) tel qu'illustré à la FIGURE 16

Répétez cette étape pour tous les tubes supérieurs et les capuchons de tube.

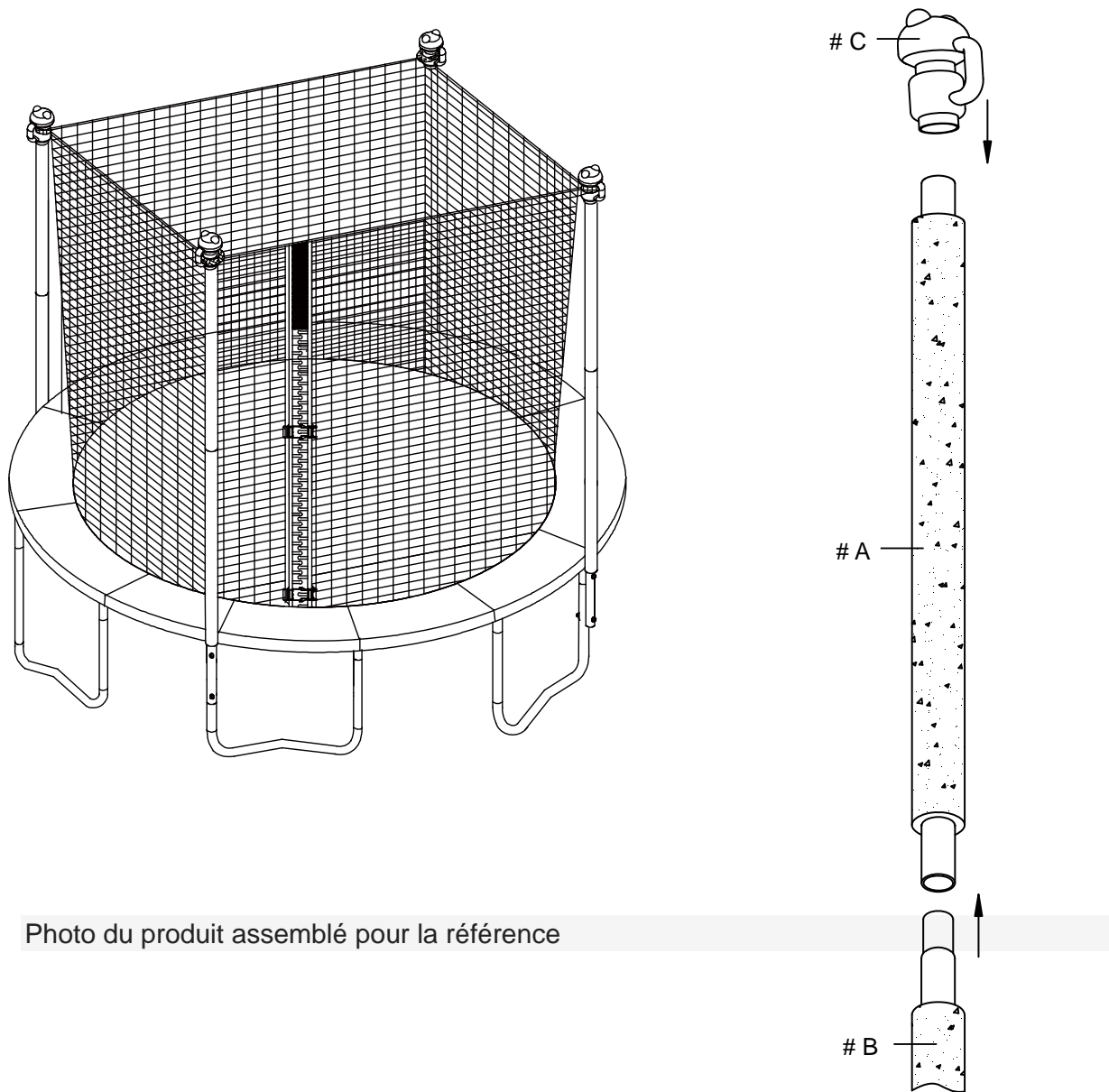


FIGURE 16

## ÉTAPE 17

Fixez la boucle munie d'une agrafe sur le dessus du filet de l'enclos au CAPUCHON DE TUBE (C) tel qu'illustré. Fixez les boucles munies d'agrafes pour tous les autres tubes du cadre. Assurez-vous que le support du capuchon est orienté vers l'extérieur.

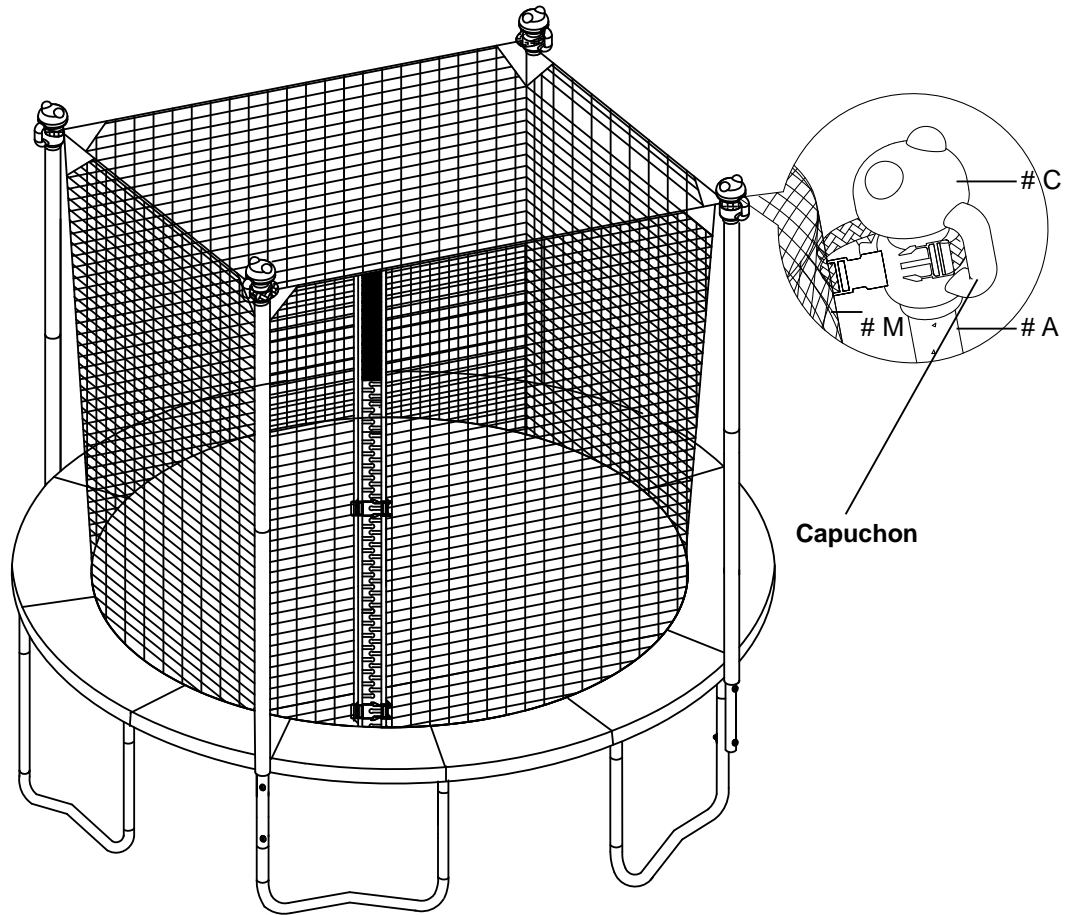


FIGURE 17



## ÉTAPE 18

Attachez une extrémité du CORDON (L) à la toile du trampoline en premier, puis passez le CORDON à travers le bord du filet et de l'anneau de la toile du trampoline tel qu'illustré à la FIGURE 18. Passez le CORDON dans tous les anneaux de la toile du trampoline et attachez les deux extrémités du cordon ensemble.

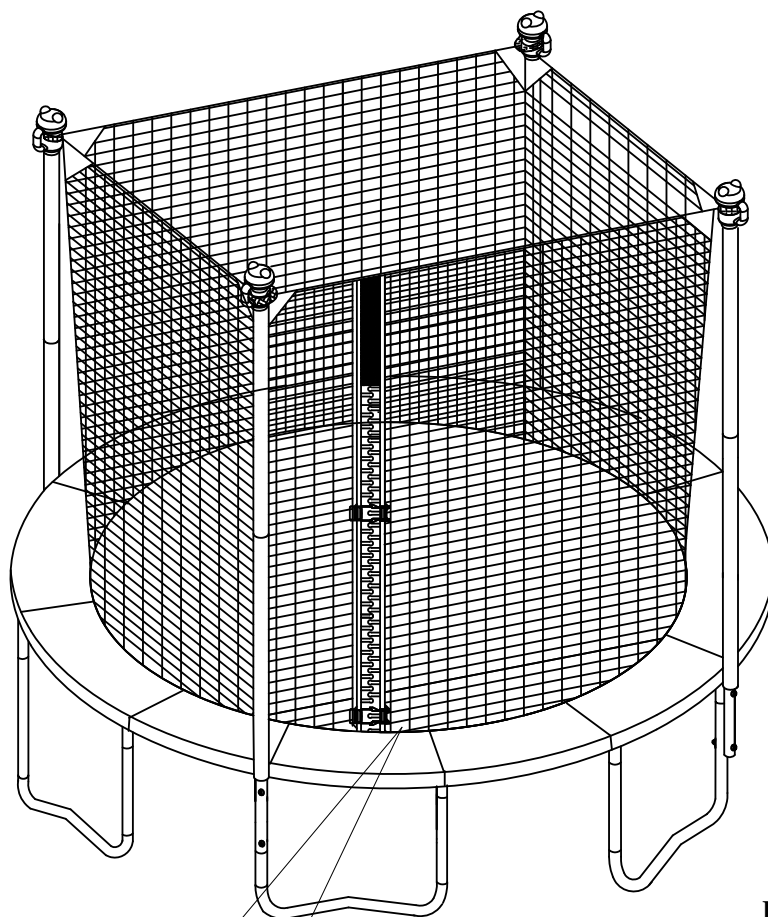
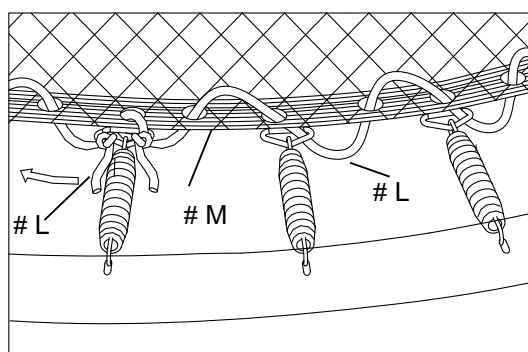
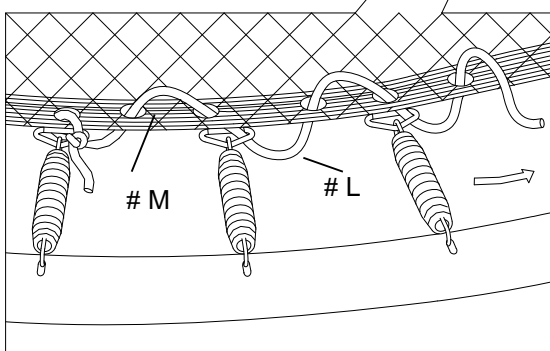


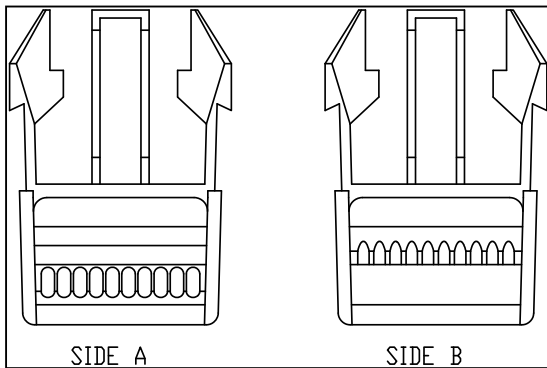
FIGURE 18



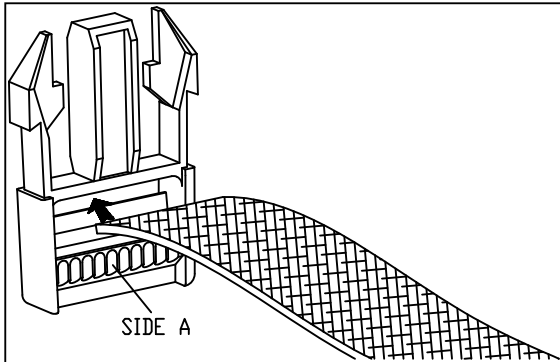
## AVIS IMPORTANT

Si la courroie se détache de la boucle dans certains cas, veuillez suivre les instructions ci-dessous pour la rattacher à la boucle.

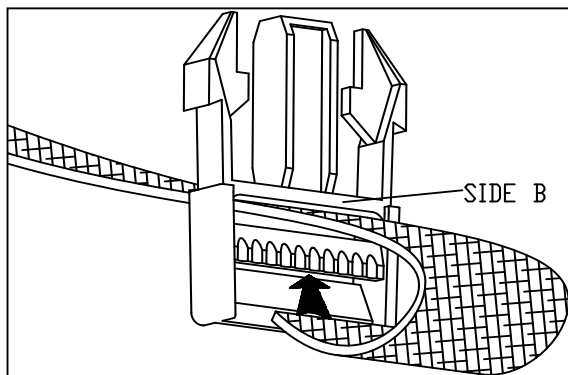
L'assemblage est terminé



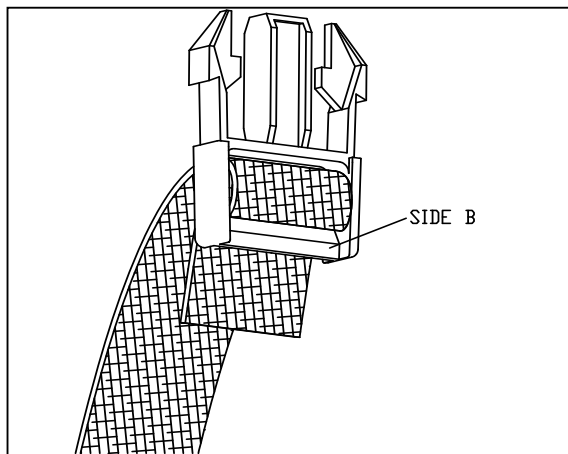
**Notez bien: les deux camps de la boucle sont différents. Vous devez glisser la sangle par la fente du côté A autrement elle ne travaillera pas convenablement.**



**Tenez la boucle en place tel qu'illustré, puis glissez l'extrémité de la courroie dans la fente supérieure**



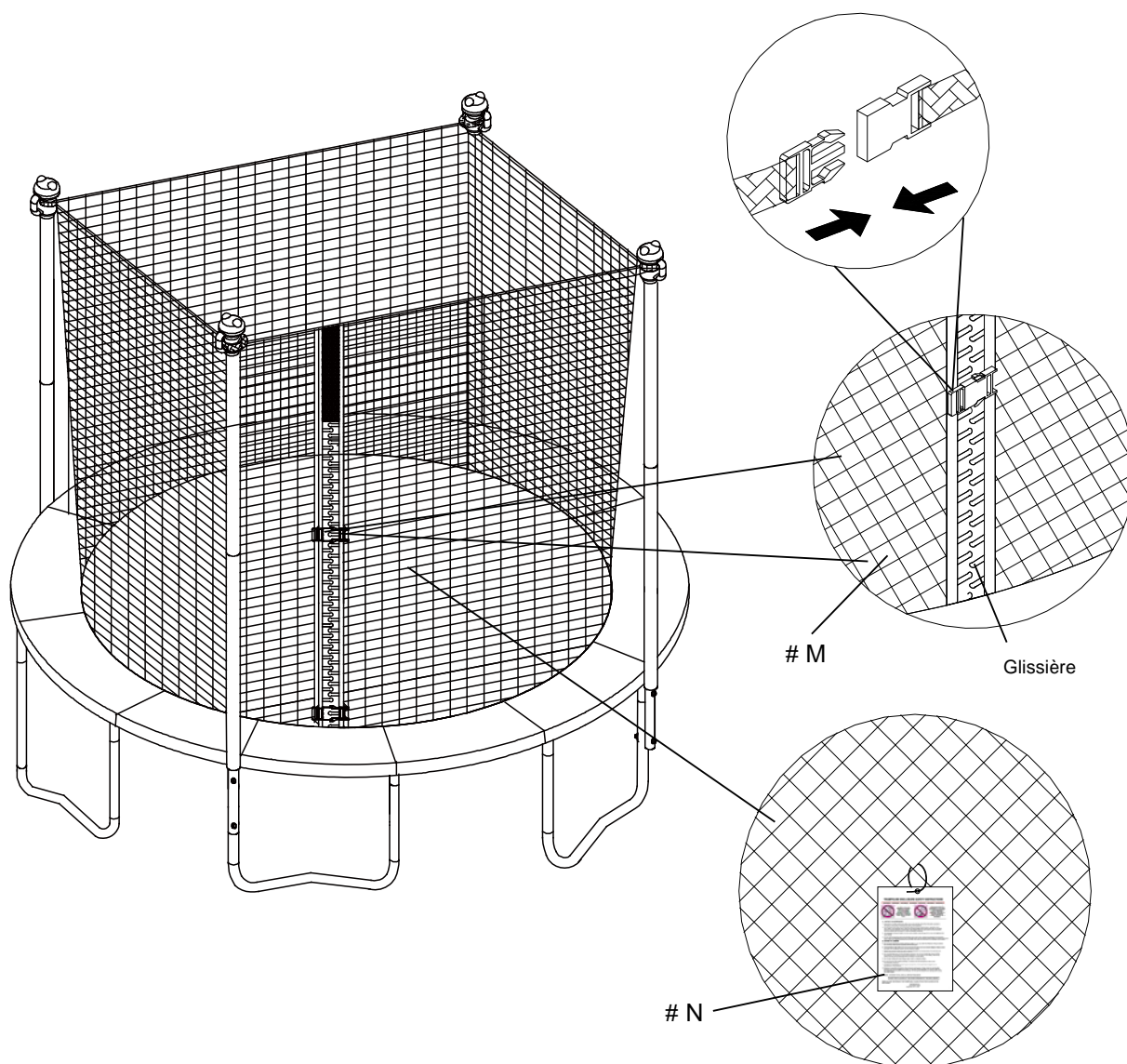
**Glissez maintenant la même courroie dans la fente inférieure.**



**L'assemblage est terminé.**

## ÉTAPE 19

Tirez la glissière du FILET DE L'ENCLOS à la porte qui devrait être située entre un pied de base du trampoline tel qu'illustré à la FIGURE 19. Puis attachez les boucles (une boucle n'est pas illustrée puisqu'elle peut être couverte par le coussin du trampoline). Ajustez ensuite la longueur des courroies. Prenez maintenant l'attache en plastique incluse pour attacher la PLAQUE ÉTIQUETTE DE DANGER (N) au filet de l'enclos à proximité de la porte tel qu'illustré à la FIGURE 19.



**FIGURE 19**

Retournez en arrière et serrez maintenant toutes les courroies d'attache pour que le filet de l'enclos soit tendu. Autrement, le filet de l'enclos ne fonctionnera pas de façon appropriée.

## DÉMONTAGE

**Pour démonter l'enclos, suivez simplement les étapes d'assemblage à rebours.**

## **ENTRETIEN**

Ce trampoline a été conçu et fabriqué avec du matériel et une main-d'oeuvre de qualité. Avec un entretien approprié, il procurera aux utilisateurs et aux utilisatrices des années d'exercice et de plaisir en toute sécurité. Veuillez respecter les lignes de conduite qui suivent.

L'enclos de ce trampoline est conçu avec un poids limite et une utilisation appropriée. Assurez-vous qu'une seule personne en tout temps utilise le trampoline et que cette personne pèse moins de 220 livres. Les utilisateurs et les utilisatrices doivent porter des bas, des chaussures de gymnastique ou être nu-pied lorsqu'ils ou elles utilisent le trampoline. NE portez PAS de chaussures de rue ou de tennis sur le trampoline. Ne permettez pas aux animaux domestique de monter sur le trampoline pour éviter toute coupure ou tout dommage à la toile du trampoline. De plus, les utilisateurs et les utilisatrices doivent enlever tout objet tranchant avant d'utiliser le trampoline. Éloignez, en tout temps, les objets tranchant ou pointus de la toile du trampoline.

Inspectez l'enclos du trampoline, avant chaque utilisation, et remplacez toutes les pièces usées, endommagées ou manquantes, s'il y a lieu. Un nombre de conditions peuvent survenir et augmenter vos risques de blessures. Surveillez les points suivants puisqu'ils peuvent représenter des dangers potentiels :

- Le filet, des tubes de l'enclos ou des manchons en mousse manquent, sont mal placés ou mal attachés.
- Les pièces sont percées, effilochées ou usées dans le filet ou les manchons en mousse.
- La détérioration des coutures ou du matériel du filet est apparente.
- Des tubes pliés ou brisés. Des ressorts brisés ou lâches.
- Un affaissement du filet ou de la toile de trampoline.
- Des protubérances pointues apparaissent sur les tubes ou de l'enclos.

**SI VOUS TROUVEZ UNE DES CONDITIONS ÉNUMÉRÉES CI-DESSUS OU TOUTE AUTRE CHOSE QUI POURRAIT BLESSER L'UTILISATEUR OU L'UTILISATRICE, DÉMONTÉZ LE TRAMPOLINE OU NE L'UTILISEZ PAS JUSQU'À CE QU'IL Y AIT RECTIFICATION DU PROBLÈME.**

## INSTRUCTIONS POUR UTILISER LE TRAMPOLINE

Avant d'utiliser le trampoline, lisez attentivement tous les renseignements de ce guide. Comme tout autre type d'activité physique récréative, les risques de blessures sont réels. Pour réduire les risques, assurez-vous de suivre les mesures de sécurité et les conseils proposés.

Pour réduire le risque de blessures, assurez-vous de suivre les règles de sécurité et les conseils appropriés.

Les trampolines plus hauts que 20 po (51 cm) ne sont pas recommandés pour être utilisés par les enfants âgés de moins de six ans.

N'essayez pas de faire de saltos (culbutes) ou ne les permettez pas. Une réception sur la tête ou sur le cou peut causer des blessures graves, la paralysie ou la mort, même si la réception a lieu au milieu de la toile.

Une seule personne sur le trampoline en tout temps! Le fait d'avoir plus d'une personne augmente les risques de blessures graves.

Utilisez le trampoline et l'enclos du trampoline seulement lorsqu'une personne adulte mature et informée fait la supervision.

Inspectez le trampoline chaque fois avant de l'utiliser. Assurez-vous que les coussins de sûreté du trampoline sont bien placés et bien attachés. Remplacez toute pièce usée, défectueuse ou manquante.

N'essayez pas de sauter par-dessus le filet de cage.

N'essayez pas de ramper sous le filet de cage.

Ne rebondissez pas intentionnellement du filet de cage.

Ne vous accrochez pas au filet de cage, ne donnez pas de coups de pied au filet de cage, ne coupez pas le filet de cage ou ne grimpez pas au filet de cage.

Portez des vêtements sans lacets, crochets, boucles ou tout ce qui pourrait s'accrocher au filet de cage.

N'attachez rien au filet de cage à moins que ce soit un accessoire approuvé par le fabricant ou qui fait partie du système de l'enclos.

Entrez et sortez de l'enclos en utilisant seulement la porte ou l'ouverture du filet de cage conçu à cette fin.

Lisez toutes les instructions avant d'utiliser l'enclos du trampoline. Les mises en garde et les instructions d'entretien et d'utilisation de cet enclos de trampoline sont incluses pour promouvoir l'utilisation sécuritaire et agréable de cet équipement.

Un enclos de trampoline installé sur un trampoline est soulevé de terre. La hauteur de l'enclos augmente le risque de chute lorsque l'utilisateur ou l'utilisatrice entre ou sort de l'enclos. Les jeunes enfants en particulier peuvent avoir de la difficulté à entrer ou à sortir de l'enclos. Pour réduire le risque de chute, aidez-les à entrer et à sortir de l'enclos.

Vous devez toujours monter et descendre de façon appropriée afin d'éviter de vous blesser. C'est dangereux de sauter du trampoline au sol lorsque vous descendez ou de sauter sur le trampoline à partir d'un objet lorsque vous y montez.

Entrez et sortez de l'enclos du trampoline en utilisant seulement l'ouverture de l'enclos (l'ouverture dans les murs de l'enclos). La toile de trampoline et les murs de l'enclos sont des pièces séparées; les utilisateurs et les utilisatrices, particulièrement les jeunes enfants, ne doivent pas sortir de l'enclos entre la toile et les murs de l'enclos. Si vous sortez de cette façon, vous risquez de vous étrangler entre le cadre du trampoline et les murs de l'enclos.

N'essayez pas de sauter par-dessus le filet de cage. N'essayez pas de ramper sous le filet de cage. Ne vous accrochez pas au filet de cage, ne donnez pas de coups de pied au filet de cage, ne coupez pas le filet de cage ou ne grimpez pas au filet de cage.

N'attachez rien au filet de cage, à moins que ce soit un accessoire approuvé par Trainor Sports ou qui fait partie du système de l'enclos.

Arrêtez de bondir en fléchissant les genoux lorsque les pieds touchent à la toile du trampoline. Maîtrisez cette habileté avant d'en apprendre d'autres. Cette technique devrait aussi être pratiquée en apprenant chacun des sauts de base. La technique pour arrêter brusquement devrait être utilisée lorsque vous perdez l'équilibre ou le contrôle de votre saut.

Au début, vous devez vous habituer à la sensation et au rebond du trampoline. Mettez l'accent sur l'apprentissage des sauts fondamentaux en portant attention à votre position corporelle et pratiquez chaque saut (les sauts de base) jusqu'à ce que vous puissiez les effectuer facilement et avec contrôle. Apprenez toujours le rebond le plus simple en premier et soyez constant dans le contrôle de votre saut avant de passer aux sauts plus difficiles et plus avancés. Un saut contrôlé doit avoir le même point d'envol que de réception sur la toile. Si vous passez au saut suivant sans maîtriser le saut précédent, vous augmentez vos risques de blessures.

Évitez de bondir trop haut. Bondissez bas jusqu'à ce que vous ayez contrôlé le rebond et réussi plusieurs sauts au centre de la toile. Le contrôle est plus important que la hauteur.

Ne sautez pas avec témérité sur le trampoline puisque vous augmentez vos risques de blessures. La clé du succès et du plaisir sur le trampoline est le contrôle et la maîtrise des divers sauts. N'essayez jamais de sauter plus haut qu'un autre utilisateur. N'utilisez jamais le trampoline sans supervision appropriée. Ne sautez pas sur le trampoline pendant des périodes de temps prolongées puisque la fatigue peut augmenter vos risques de blessures. Sauter pendant une brève période de temps et donnez l'occasion aux autres personnes de s'amuser aussi! Ne laissez jamais plus d'une personne sauter sur le trampoline, même avec l'enclos.

Concentrez votre regard au bout du trampoline, ce qui vous aide à contrôler votre saut. Vérifiez votre position lorsque vous sautez en concentrant au centre de la toile du trampoline. Ne sautez pas plus près qu'un pied du bord du cercle entrecoupé de la toile du trampoline.

Éloignez les objets qui peuvent interférer avec l'utilisateur ou l'utilisatrice. Gardez une aire dégagée autour du trampoline et de l'enclos du trampoline.

Bondissez seulement lorsque la surface de la toile est sèche. Le vent et le déplacement de l'air devraient être calmes et modérés. Le trampoline ne doit pas être utilisé lorsque le vent souffle en rafales ou dans des vents violents.

Lors des conditions de vents violents, le trampoline et l'enclos du trampoline peuvent être emportés par le vent. Si des vents violents sont prévus, l'enclos du trampoline devrait être démonté. Le trampoline devrait être déplacé dans un endroit à l'abri ou démonté.

N'utilisez pas l'enclos du trampoline après avoir consommé des boissons alcooliques, des produits pharmaceutiques ou des drogues.

Pour plus d'information ou pour recevoir du matériel didactique supplémentaire, faites appel à un entraîneur compétent ou à une entraîneuse compétente en matière d'utilisation du trampoline.

Empêchez l'accès au trampoline et à l'enclos du trampoline lorsqu'il n'est pas utilisé. Empêchez qu'il soit utilisé sans permission.

Ne sautez pas de tout autre objet, bâtiment ou surface pour monter sur le trampoline ou passer par-dessus l'enclos.

Veillez démonter l'enclos et le ranger convenablement pendant la saison froide où il y a de la neige et de la glace. Les températures basses peuvent endommager le filet de cage et le déchirer, ce qui pourrait ensuite causer des blessures.

Utilisez le trampoline seulement lorsque vous portez des chaussures confortables sans lacets ou objets pointus et des chaussures de sport confortables.

Ne sautez pas sur le trampoline avec une planche à neige, une planche à roulettes, des patins à roulettes, une bicyclette ou tout équipement qui n'est pas approuvé par le fabricant.

Ne sautez pas sur le trampoline à partir d'un mur ou d'un bâtiment.

N'utilisez pas ce trampoline pour effectuer des sauts professionnels ou périlleux.

Pour plus d'information concernant le matériel du trampoline communiquez avec Maurice Pincoffs Canada Inc. au 1-888-707-1880 ou écrivez à l'adresse suivante : 6050 Don Murie, Niagara Falls, Ontario, L2G 0B3 ou au courriel suivant : [customerservice@dyaco.ca](mailto:customerservice@dyaco.ca)

## **AUTRES MESURES DE SÉCURITÉ**

### **Montée et descente :**

Faites très attention lorsque vous montez sur le trampoline ou lorsque vous en descendez. NE montez PAS en vous tenant au coussin de sécurité, en marchant sur les ressorts ou en sautant sur la toile du trampoline à partir d'un objet, par exemple, une plate-forme, un toit ou une échelle, ce qui augmente vos risques de blessures! NE descendez PAS du trampoline en sautant directement sur le plancher, peu importe la condition du lieu de réception. Aidez les jeunes enfants à descendre du trampoline, s'il y a lieu.

### **Usage de boissons alcooliques, de produits pharmaceutiques ou de drogues :**

NE consommez PAS de boissons alcooliques, de produits pharmaceutiques ou de drogues lors de l'utilisation du trampoline; ce qui augmente vos risques de blessures puisque ces substances étrangères entravent votre jugement, votre temps de réaction et votre coordination physique en général.

### **Utilisateurs ou utilisatrices multiples :**

Les utilisateurs ou utilisatrices multiples (plusieurs personnes sur le trampoline) augmentent les risques de blessures. Des blessures peuvent avoir lieu lorsque vous êtes projetés du trampoline, si vous perdez contrôle, si vous entrez en collision avec une autre personne ou si la réception a lieu sur les ressorts. En général, la personne la plus légère sur le trampoline risque des blessures. Une seule personne sur le trampoline en tout temps!

### **Contact avec le cadre ou les ressorts :**

En jouant sur le trampoline, DEMEUREZ au centre de la toile, ce qui réduit vos risques de blessures si la réception a lieu sur le cadre ou les ressorts. Gardez toujours le coussin de sécurité sur le cadre du trampoline. NE sautez PAS ou NE marchez PAS directement sur le coussin de sécurité puisqu'il n'est pas conçu pour supporter le poids d'une personne.

### **Perte de contrôle :**

N'essayez PAS de sauts périlleux ou tout saut quelconque jusqu'à ce que vous maîtrisiez le saut précédent ou si vous ne faites qu'apprendre à sauter sur le trampoline. Dans le cas présent, vous augmentez vos risques de blessures en tombant sur le cadre, les ressorts ou complètement hors du trampoline en perdant le contrôle du saut. La réception d'un saut en plein contrôle doit avoir lieu au même endroit d'où il est parti. Si vous perdez contrôle lorsque vous sautez sur le trampoline, fléchissez les genoux de façon prononcée lors de la réception pour vous permettre de reprendre le contrôle ou d'arrêter le saut.

### **Saltos (culbutes) :**

N'EXÉCUTEZ PAS de saltos (vers l'arrière ou vers l'avant) sur ce trampoline. Si vous commettez une erreur en essayant d'exécuter un salto, la réception sur la tête ou le cou est dangereuse. Vous augmentez ainsi vos risques de blessures à la tête ou au cou, de paralysie ou de mort.

### **Objets étrangers :**

N'utilisez PAS le trampoline s'il y a des animaux familiers, des personnes ou des objets sous le trampoline, ce qui augmente aussi vos risques de blessures. NE tenez PAS d'objet étranger dans vos mains et NE placez PAS d'objet sur le trampoline lorsqu'une personne l'utilise. Vérifiez ce qui est

au-dessus du trampoline lorsque vous l'utilisez. Des branches d'arbre, des fils électriques ou d'autres objets situés au-dessus du trampoline augmentent vos risques de blessures.

**Mauvais entretien du trampoline :**

Un trampoline en mauvaise condition augmente vos risques de blessures. Inspectez le trampoline avant chaque utilisation pour repérer les tubes d'aciers pliés, les déchirures de la toile, les ressorts lâches ou brisés et la stabilité générale du trampoline.

**Conditions météorologiques :**

Soyez également conscient ou consciente des conditions météorologiques lors de l'utilisation du trampoline. Si la toile du trampoline est humide, l'utilisateur ou l'utilisatrice peut glisser et se blesser.

S'il vente beaucoup, l'utilisateur ou l'utilisatrice peut perdre contrôle.

Utilisez le trampoline uniquement lorsque la toile est propre et sèche. Une toile humide est très glissante et empêche une réception stable.

**Conditions venteuses :**

Dans des situations venteuses graves, le trampoline peut être soulevé et projeté. Dans le cas des conditions venteuses, le trampoline doit être à l'abri ou démonté.

**Hiver :**

Dans les régions où il y a de la neige et de la glace, il est recommandé de démonter et d'entreposer le trampoline pour l'hiver.

**Déplacement du trampoline :**

Deux personnes sont nécessaires pour déplacer le trampoline. Tous les points de connexion doivent être recouverts et attachés avec un ruban à l'épreuve des intempéries, par exemple, le ruban adhésif en toile. Ceci garde le cadre intact au cours du déplacement et empêche de déloger ou de séparer les points de connexion. En déplaçant le trampoline, levez-le légèrement du sol et tenez-le horizontalement au sol. Pour tout autre déplacement, vous devez démonter le trampoline.

**CONSEILS POUR MINIMISER LES RISQUES D'ACCIDENTS**

**Tous les utilisateurs et utilisatrices doivent faire l'objet de supervision, peu importe leur habileté ou leur âge.**

**Rôle des utilisateurs et toutes les utilisatrices dans la prévention des accidents**

Le mot d'ordre est de demeurer en contrôle des sauts. NE faites pas de sauts plus compliqués et plus difficiles jusqu'à ce que vous maîtrisiez les sauts fondamentaux. L'éducation est aussi la clé de la sécurité et elle est très importante. La réception d'un saut contrôlé a lieu au même endroit qu'il est parti. Pour des conseils et des instructions supplémentaires sur la sécurité, consultez un entraîneur certifié ou une entraîneuse certifiée en matière d'utilisation du trampoline.

**Rôle des surveillantes et surveillants dans la prévention des accidents**

Les surveillantes et surveillants doivent comprendre et mettre en vigueur toutes les mesures de sécurité et les lignes de conduite. Il relève de leur responsabilité de donner des conseils pertinents et de l'orientation à tous les utilisateurs et utilisatrices du trampoline. Si la supervision n'est pas appropriée, entreposez le trampoline dans un endroit sécuritaire, démontez-le pour éviter qu'il soit utilisé de façon inappropriée ou couvrez-le d'un tapis à corde épais et verrouillez-le avec un cadenas et des chaînes. Le surveillant ou la surveillante est également responsable de placer une plaque étiquette de danger sur le trampoline et d'informer les utilisateurs et utilisatrices au sujet de ces mises en garde et de ces instructions.



## LEÇONS

Les leçons suivantes sont suggérées pour apprendre les sauts de base avant de passer aux sauts plus difficiles et périlleux. Avant de monter sur le trampoline, vous devez lire et comprendre toutes les mesures de sécurité. Une discussion détaillée et une démonstration des mécanismes du corps et des lignes de conduite doivent avoir lieu entre le surveillant ou la surveillante et l'utilisateur ou l'utilisatrice.

### Leçon 1

- A. Montée et descente - Démonstration des techniques appropriées
- B. Saut de base - Démonstration et pratique
- C. Arrêt du saut - Démonstration et pratique. Apprenez à arrêter sur demande.
- D. Mains et genoux - Démonstration et pratique. Mettez sur la réception et l'alignement des quatre points.

### Leçon 2

- A. Revue et pratique des techniques apprises à la leçon 1
- B. Saut sur les genoux - Démonstration et pratique. Apprenez la technique de base « à genoux et debout » avant d'essayer la demi-vrille de gauche à droite.
- C. Saut assis - Démonstration et pratique. Apprenez la technique de base du saut en position assise, puis ajoutez un saut sur les genoux, sur les mains et les genoux; répétez.

### Leçon 3

- A. Revue et pratique des habiletés et des techniques apprises au cours des leçons précédentes
- B. Saut vers l'avant - Pour éviter les brûlures de toile et apprendre la position du saut avant, demandez à l'utilisateur ou l'utilisatrice de prendre la position sur le ventre (visage orienté vers le sol) alors que l'entraîneur ou l'entraîneuse vérifie les mauvaises positions qui peuvent causer des blessures.
- C. Commencez avec un saut sur les mains et les genoux, puis allongez le corps dans la position sur le ventre, effectuez une réception sur la toile et relevez-vous sur les pieds.
- D. Pratique de la routine - Sauter sur les mains et les genoux, sautez vers l'avant, relevez-vous sur les pieds, sautez en position assise et relevez-vous sur les pieds.

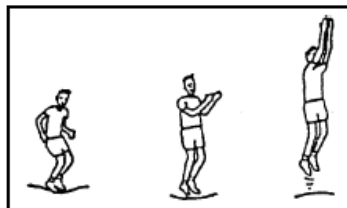
### Leçon 4

- A. Revue et pratique des habiletés et des techniques apprises au cours des leçons précédentes
- B. Demi-vrille :
  - i. Commencez à la position « tombée vers l'avant » et, en touchant à la toile, poussez-vous avec les bras dans la direction droite ou gauche et tournez la tête et les épaules dans la même direction.
  - ii. En effectuant la demi-vrille, assurez-vous de garder le dos parallèle à la toile et la tête élevée.
  - iii. Après avoir effectué la demi-vrille, faites une réception en position sur le ventre.

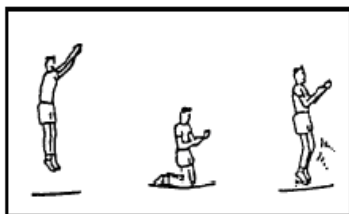
Après avoir réussi cette leçon, l'utilisateur ou l'utilisatrice possède maintenant les techniques de base des sauts sur le trampoline. Encouragez les utilisateurs et les utilisatrices à essayer et à concevoir leurs propres routines en misant sur le contrôle et la forme.

## SAUTS DE BASE SUR LE TRAMPOLINE

### Saut de base

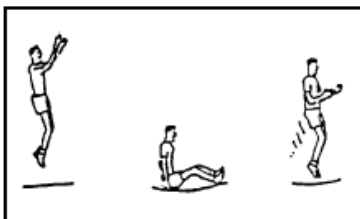


1. Commencez en position debout, les pieds écartés de la largeur des épaules, la tête droite et les yeux sur la toile.
2. Balancez les bras en haut vers l'avant dans un mouvement circulaire.
3. Placez les pieds ensemble en sautant et pointez les orteils vers le bas.
4. Gardez les pieds écartés de la largeur des épaules lors de la réception sur la toile.



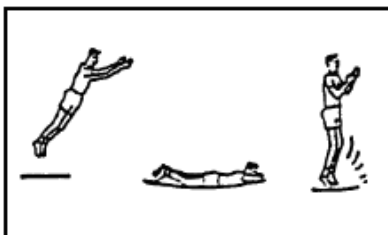
1. Commencez avec le saut de base et gardez-le bas.
2. Faites une réception sur les genoux en gardant le dos droit, le corps érigé en gardant l'équilibre avec les bras.
3. Sautez vers l'arrière dans la position du saut de base en balançant

### Saut avec réception assise



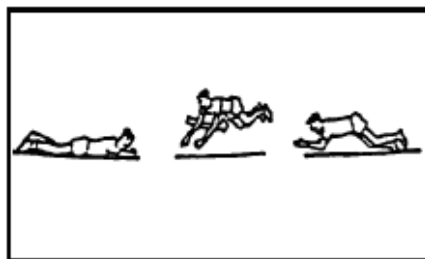
1. Sautez avec une réception assise à plat.
2. Placez les mains sur la toile près des hanches, ne barrez pas les coudes.
3. Retournez dans une position érigée en poussant avec les mains.

### Saut avec réception sur le ventre



1. Commencez avec un saut bas.
2. Sautez avec réception sur le ventre (visage orienté vers le sol) et gardez les mains et les bras étendus vers l'avant sur la toile.
3. Poussez-vous avec les bras pour vous lever sur la toile.

### Le saut à 180°



1. Prenez la position sur le ventre.
2. Poussez-vous avec la main gauche ou droite et les bras, dépendant de la direction que vous voulez tourner.
3. Gardez la tête et les épaules dans la même direction et gardez le dos parallèle à la toile et la tête élevée.
4. Assurez la réception sur le ventre et revenez à la position debout en poussant avec les mains et les bras.



### MISE EN GARDE!

**COMMENCEZ TOUJOURS LE SAUT AU CENTRE DU CERCLE ET, LORSQUE LA RÉCEPTION EST À PLUS D'UN PIED DU BORD DU CERCLE CENTRAL, ARRÊTEZ LE SAUT IMMÉDIATEMENT!  
RECOMMENCEZ LE SAUT AU CENTRE DU CERCLE.**

## **GARANTIE LIMITÉE**

Dyaco Canada Inc. garantit ce produit à l'acheteur original contre toute défectuosité en matière de matériel et de main-d'oeuvre pour la période de temps mentionnée ci-dessous. Le temps de la garantie commence à la date d'achat. L'usure normale et l'abus de l'utilisateur ou de l'utilisatrice ne sont pas couverts par cette garantie. L'usage commercial et le transfert du droit de propriété annulent cette garantie.

### **Trampoline**

|                      |        |
|----------------------|--------|
| Cadre                | 10 ans |
| Matériel de la toile | 5 ans  |
| Couture de la toile  | 2 ans  |
| Ressorts             | 1 an   |
| Coussin de sûreté    | 1 an   |

### **Enclos**

|                       |          |
|-----------------------|----------|
| Montants du filet     | 10 ans   |
| Ferrures              | 1 an     |
| Coussins des montants | 6 mois   |
| Autres composantes    | 90 jours |

Pour les services de garantie, contactez notre Service à la clientèle :

1-888-707-1880 (appel libre)

du lundi au vendredi

de 8 h 30 à 17 h

HNE

## **RESPONSABILITÉ**

Malgré le fait que nous nous efforçons d'assurer le niveau de sécurité le plus élevé avec tout l'équipement, nous ne pouvons pas toutefois garantir l'utilisation libre sans blessure. L'utilisateur ou l'utilisatrice est responsable de tous les risques de blessures associés à l'utilisation de ce produit. Toute la marchandise est vendue dans cette condition et aucun représentant ou aucune représentante de la compagnie ne peut renoncer ou changer cette condition. Cet équipement est conçu uniquement pour usage résidentiel. Cet équipement ne doit pas être utilisé dans des endroits publics, par exemple, les écoles, les pouponnières, les garderies, les églises et les parcs. Dyaco Canada Inc. ne peut pas être tenu responsable de tels usages. Tout usage commercial, institutionnel ou public annule la garantie.