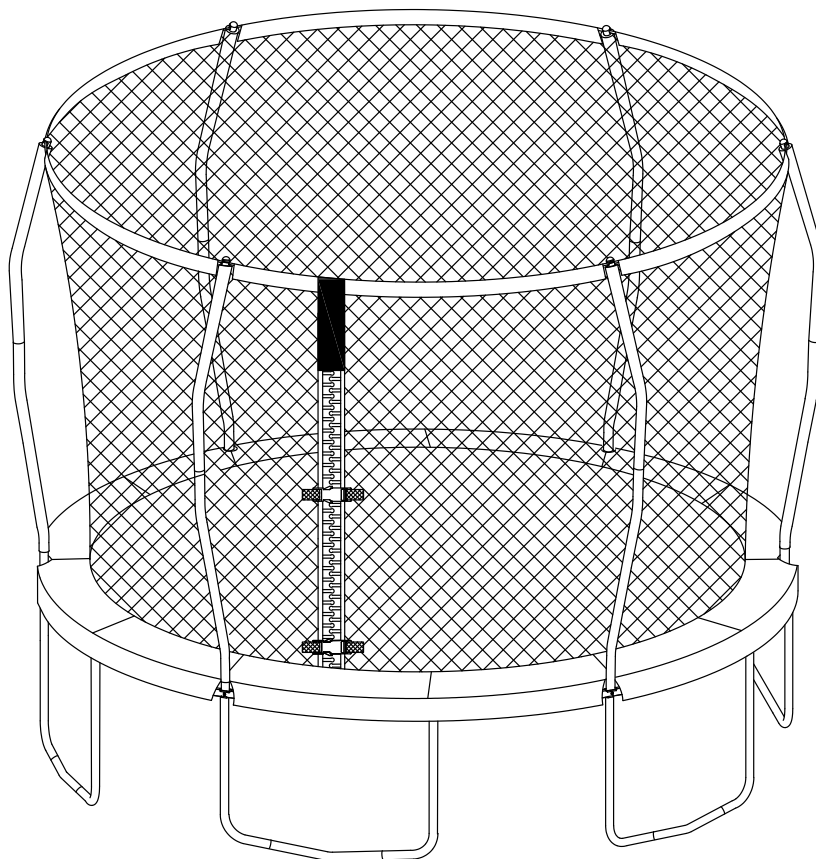




**Батут 12FT с сеткой (диаметром 365)**  
**Артикул: B07CMNM5PS**  
**Модель: BOUNCE MASTER**  
**РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ**



**ВНИМАНИЕ**

- Перед сборкой и эксплуатацией батута внимательно прочтите инструкции, представленные в настоящем руководстве.
- Сохраните руководство для дальнейшего использования.
- Максимально допустимый вес пользователя - 150 кг (для батута диаметром 365 см).
- Только один человек может находиться на батуте одновременно.
- Дети могут пользоваться батутом только в присутствии взрослых.

Благодарим за покупку нашего продукта! Надеемся, что изделие сможет принести вам максимальную пользу. Сборка изделия не является сложным процессом, однако вам следует запастись терпением и выделить час своего времени, чтобы выполнить данную процедуру. Сборку следует выполнять вдвоём.



## **ВНИМАНИЕ**

Максимально допустимый вес пользователя - 150 кг (для батута диаметром 365 см).

## **СБОРКА И ПЕРЕМЕЩЕНИЕ БАТУТА**

Перед началом сборки выберите будущее место расположения батута.



### **ПЕРЕМЕЩЕНИЕ БАТУТА**

Для перемещения батута требуется не менее двух человек. Приподнимите батут и затем перенесите в нужное вам место, держа изделие параллельно полу. Не наклоняйте батут и не проводите других манипуляций - в этом случае разберите изделие и соберите его заново на новом месте.



Мы настоятельно рекомендуем не использовать батут без защитной сетки. В случае отсутствия данного элемента прекратите использование батута; после покупки и установки защитной сетки на батут вы можете возобновить занятия. Размещать батут следует подальше от построек, заборов и других конструкций. Проследите, чтобы вокруг батута было достаточно свободного пространства.

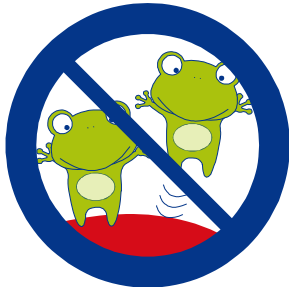


Не используйте батут в ветреную погоду или в сезон торнадо. Сильный ветер может сорвать батут с места, создав опасную ситуацию для того, кто на нём находится.

## **ВВЕДЕНИЕ**

Перед тем, как приступить к сборке и эксплуатации батута, внимательно прочтите **настоящее руководство**. Как и в любом виде спорта, во время использования батута всегда существует риск получить травму. Пожалуйста, соблюдайте правила безопасности и следуйте указанным советам:

- ✧ Ненадлежащее или чрезмерное использование батута опасно и может привести к серьезным травмам!
- ✧ Обратите внимание, что батут, являясь отталкивающим механизмом, может заставлять пользователя подниматься на непривычную его организму высоту и совершать различные непредсказуемые движения.
- ✧ Всегда осматривайте батут перед каждым его применением на предмет изношенных, незакрепленных или отсутствующих деталей.
- ✧ В руководстве содержится алгоритм сборки, процесс ухода и обслуживания, советы по безопасности, предупреждения и соответствующие приемы выполнения прыжков. Всем пользователям батута, а также тем, кто выступает в качестве наблюдателей, рекомендуется ознакомиться с положениями документа. Каждый, кто хочет использовать батут, обязан предварительно убедиться, что ему можно выполнять те или иные трюки на нём.



НА БАТУТЕ МОЖЕТ НАХОДИТЬСЯ ТОЛЬКО ОДИН ЧЕЛОВЕК! ИСПОЛЬЗОВАНИЕ БАТУТА НЕСКОЛЬКИМИ ЛЮДЬМИ ПОВЫШАЕТ РИСК ПОЛУЧЕНИЯ ТРАВМ ГОЛОВЫ, ШЕИ, НОГ ИЛИ ПОЗВОНОЧНИКА.



ТРАВМЫ ГОЛОВЫ И ШЕИ ОПАСНЫ, ОНИ МОГУТ ПРИВЕСТИ К ПАРАЛИЧУ И ДАЖЕ СМЕРТИ. НЕ ДЕЛАЙТЕ САЛЬТО, ВЫСОКИЙ РИСК ПОЛУЧИТЬ СЕРЬЁЗНУЮ ТРАВМУ!

**Перед началом любых физических нагрузок следует проконсультироваться с врачом.**

- Проследите за тем, чтобы над изделием было достаточно свободного пространства. Рекомендуется, чтобы от земли до любых препятствий (провода, ветки и другие объекты, которые представляют потенциальную опасность) расстояние составляло не менее 7,3 метров.
  - Обеспечьте вокруг тренажёра свободное пространство радиусом не менее 2,5 метров. Будьте внимательны при выборе места установки.
  - Располагайте изделие в хорошо освещённом месте. При необходимости воспользуйтесь искусственным освещением.
  - Полностью освободите пространство под батутом.
  - Запрещено использовать батут нескольким прыгунам одновременно, это может привести к столкновениям и серьёзным травмам.
  - Прыгать на батуте следует под присмотром другого человека, который при необходимости может оказать помощь.
  - Изделие предназначено только для личного использования.
  - Не подходит для детей младше 3 лет. В комплект изделия входят детали, которые могут стать причиной удушья.
  - Максимально допустимый вес пользователя - 150 кг (для батута диаметром 365 см).
  - Не делайте сальто.
  - Всегда прыгайте по центру мата.
  - Регулярно проверяйте надёжность креплений, если необходимо - затяните крепежи.
  - Контролируйте положение пружин, убедитесь, что они не смещены и не могут отсоединиться во время использования батута.
  - Осматривайте все покрытия и болты на наличие острых краев; замените их при необходимости.
  - Если вы используете самоконтрящиеся гайки, обратите внимание, что они одноразовые, вторичное использование таких крепежей не предусмотрено.
  - Батуты высотой более 51 см не рекомендованы к использованию детьми младше 6 лет.
- 
- Осматривайте батут перед каждым его использованием. Не допускайте смещения защитных кожухов конструкции. При обнаружении дефекта или отсутствии какого-то элемента незамедлительно предпримите меры по замене детали.
  - Подъём на изделие и спуск с него необходимо выполнять осторожно: не запрыгивайте на батут и не спрыгивайте с него. Не используйте батут в качестве трамплина.
  - Ослабить интенсивность прыжков можно, слегка согнув ноги в коленях при приземлении. Освойте данную технику, прежде чем приступить к изучению других.
  - Внимательно изучите базовые типы прыжков и положения тела на батуте, прежде чем приступить к более сложным техникам. Усложнить тренировку можно, комбинируя базовые прыжки друг с другом; при этом вы можете выполнять все прыжки вподряд или делать между ними отскоки.
  - Не прыгайте слишком высоко. Сохраняйте контроль над своими движениями - это гораздо важнее, чем высота ваших прыжков.
  - Следите за своим положением на батуте.
  - Не прыгайте, если вы устали.
  - Дети до 6 лет не допускаются к использованию батута без присмотра взрослых. Храните изделие в недоступном для детей месте. Если вы используете лестницу, уберите её, прежде чем оставить батут без присмотра.

- Используйте лестницу, чтобы дети самостоятельно забрались на батут.
- Уберите все предметы с батута, которые могут помешать занятиям. Убедитесь, что вокруг изделия достаточно свободного пространства.
- Запрещается использование батута в состоянии алкогольного или наркотического опьянения.
- Для получения подробной информации о технике выполнения прыжков обратитесь к инструктору.
- Не используйте батут при сильном ветре или дожде.
- При выполнении прыжков старайтесь всегда находиться посередине батута, не смещайтесь больше чем на 30 см от центра.
- В руководстве содержится алгоритм сборки, процесс ухода и обслуживания, советы по безопасности, предупреждения и соответствующие приемы выполнения прыжков. В целях безопасности внимательно прочтите все инструкции перед тем, как приступить к использованию батута.
- Не ешьте во время использования батута.
- Данная модель батута не предназначена для зарывания в землю.

## **РАЗМЕЩЕНИЕ БАТУТА**

При выборе места для батута проследите за тем, чтобы вокруг изделия и над ним было достаточно свободного пространства. Минимальный требуемый верхний габарит - 7,3 метра. Что касается горизонтального расположения, убедитесь, что вблизи батута нет опасных предметов, таких как ветви деревьев, другие объекты (например, качели, бассейны), линии электропередач, стены, ограждения и т.д. В целях безопасности соблюдайте следующие рекомендации:

- Изделие установлено на ровной поверхности.
- Область установки хорошо освещена.
- Под батутом не должно быть посторонних предметов.
- Исключите доступ к батуту, когда он не используется.
- Не используйте батут, если он мокрый. При сильном ветре также откажитесь от использования.
- Назначьте ответственного, кто будет информировать всех пользователей о технике безопасности и правилах пользования батутом, а также будет выступать в качестве наблюдателя.
- Не размещайте батут на бетонном полу, твердом грунте (например, камнях) или скользкой поверхности. Не используйте его в помещении.

## **ВНИМАНИЕ**

Несоблюдение представленных рекомендаций может привести к травме пользователей.

Батут произведен по технологии с использованием высококачественных материалов. При надлежащем уходе и обращении батут прослужит вам много лет с минимальным риском травмирования. Соблюдайте рекомендации, перечисленные ниже.

Батут рассчитан на определенный вес и надлежащие способы использования. Следите за тем, чтобы на батуте всегда находился одновременно только один человек. Прыгать на батуте разрешается в носках, чешках либо босиком. Обратите внимание, что нельзя использовать батут в уличной обуви или кроссовках. Во избежание разрывов и повреждения мата не пускайте на мат животных. Также перед использованием батута вытащите из карманов любые твердые и острые предметы. Проследите, чтобы на батуте не было ничего постороннего.

Проверяйте батут перед каждым использованием и осуществляйте замену всех изношенных, дефектных или отсутствующих деталей. Потенциальную опасность может создавать любое из следующих условий:

- На поверхности батута имеются проколы, трещины, разрывы или дыры.
- Отсутствует, неправильно расположен или ненадежно закреплен кожух каркаса.
- Поверхность батута утратила упругость.
- Распустившиеся швы и любое другое повреждение мата.
- Погнуты или сломаны элементы каркаса.
- Пружины повреждены или отсутствуют.

- На каркасе изделия или системе креплений пружин имеются острые края.
- Всегда закрывайте сетку перед началом прыжков.
- Освободите руки и карманы, прежде чем зайти на батут.
- Не спрыгивайте с батута.
- Не прыгайте слишком долго, так вы быстро устанете, что может повлиять на вашу координацию. Регулярно делайте перерывы.

ПРИ ОБНАРУЖЕНИИ ОДНОГО ИЗ ВЫШЕПЕРЕЧИСЛЕННЫХ ДЕФЕКТОВ ИЛИ ЛЮБОГО ДРУГОГО ФАКТОРА, КОТОРЫЙ, ПО ВАШЕМУ МНЕНИЮ, МОЖЕТ ПРИЧИНИТЬ ВРЕД, ПРИОСТАНОВИТЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ БАТУТА – РАЗБЕРИТЕ ЕГО ИЛИ УБЕРИТЕ В НЕДОСТУПНОЕ МЕСТО ДО ТЕХ ПОР, ПОКА НЕИСПРАВНОСТЬ НЕ БУДЕТ УСТРАНЕНА.

## ПОГОДНЫЕ УСЛОВИЯ

Сильный ветер может сдуть батут с места. Если вы знаете, что ожидается усиление ветра, переместите изделие в защищенную от ветра зону или уберите его на хранение. Другой вариант - закрепить основание батута с помощью веревок и колышек. Для обеспечения безопасности следует использовать не менее 4-х креплений. Запрещается пытаться фиксировать батут, закрепляя его ножки, - они могут легко отсоединиться от остальной конструкции.

**БАТУТЫ ВЫСОТОЙ БОЛЕЕ 51 CM НЕ РЕКОМЕНДОВАНЫ К ИСПОЛЬЗОВАНИЮ ДЕТЬМИ МЛАДШЕ 6 ЛЕТ.**

**НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ В ПОМЕЩЕНИИ.**

## ВНИМАНИЕ!

**ОБЯЗАТЕЛЬНО К ПРОЧТЕНИЮ!** Несоблюдение требований по обслуживанию изделия приведёт к тому, что конструкция станет небезопасной, а это может привести к травмам или даже смерти.

### 1. Обслуживание защитного кожуха и сетки

Защитный кожух и сетка наиболее подвержены износу - как шины автомобиля. Со временем материал будет разрушаться, скорость его деформации зависит от окружающих условий, таких как воздействие ультрафиолетовых лучей и загрязнения воздуха, а также погодных условий, таких как дождь и ветер.

Данные элементы следует регулярно осматривать, следуя графику, представленному в настоящем руководстве. При появлении признаков износа приостановите работу с изделием. Возобновлять занятия на батуте можно только после того, как повреждённый элемент будет заменён на новый.

### 2. Требования по уходу за защитной сеткой

Защитная сетка батута изготовлена из материала, устойчивого к ультрафиолетовому излучению, однако она подвержена воздействию других внешних факторов, например, влиянию солнечных лучей, влаги или ветра.

Осматривайте защитную сетку перед каждым использованием. Проверяйте целостность сетки, её состояние. При обнаружении признаков повреждений или износа незамедлительно предпринимите меры по устранению неисправности. Техническое обслуживание изделия следует выполнять согласно следующему графику:

от 1 до 3 месяцев	от 3 до 6 месяцев	от 6 до 12 месяцев
Осматривайте сетку перед каждым использованием. Следите за тем, чтобы на изделии не было повреждений от УФ-излучений.	К осмотру следует добавить элементы крепления.	Полный осмотр защитной конструкции, включая застёжку. Наиболее изношенные элементы следует заменить через 12 месяцев или раньше.

ЗАЩИТНУЮ СЕТКУ СЛЕДУЕТ МЕНЯТЬ ЕЖЕГОДНО (ИЛИ ЧАЩЕ), ДАЖЕ ЕСЛИ НА НЕЙ НЕТ ВИДИМЫХ ПРИЗНАКОВ ПОВРЕЖДЕНИЙ.

## ИНФОРМАЦИЯ ПО ИСПОЛЬЗОВАНИЮ БАТУТА

- В первое время необходимо привыкнуть к своим ощущениям во время прыжков на батуте. Сконцентрируйтесь на положении тела и технике, пока каждое движение не будет отработано до лёгкости и совершенства.
- **Чтобы остановить прыжок, резко согните колени перед тем, как ноги коснутся батута.** Этот прием следует отрабатывать в процессе изучения базовых прыжков и в дальнейшем использовать его каждый раз, когда вы теряете равновесие или контроль над прыжком.
- Всегда начинайте изучение с самого простого прыжка, полностью овладейте его техникой до того, как переходить к более сложному. **Контролируемым считается прыжок, когда точка отрыва от мата и точка приземления совпадают.** Если вы переходите к следующему прыжку, не освоив предыдущий, вы увеличиваете риск получения травм.
- Не прыгайте слишком долго, так как усталость может увеличить риск получения травмы. Попрыгайте в течение непродолжительного периода времени, а затем уступите батут другому пользователю. Никогда не допускайте одновременное использование батута более чем одним пользователем.
- Пользователи батута должны надевать комфортную одежду - футболки, шорты или спортивные костюмы, а также специальную гимнастическую обувь или плотные носки. Начинающим пользователям рекомендуется надевать футболки с длинным рукавом и брюки, чтобы защитить тело от царапин и ссадин, пока вы будете осваивать технику прыжков и приземлений. Запрещается прыгать на батуте в обуви с жесткой подошвой, в том числе в кедах и кроссовках, так как это приведет к повышенному износу материала поверхности батута.
- Во избежание травм и/или повреждения изделия, при заходе на батут и спуске с него опирайтесь на каркас, не наступайте на пружины и защитный кожух. Маленьким детям необходима помощь взрослых, чтобы забраться на батут или спуститься с него.
- Избегайте хаотичных прыжков на батуте, это увеличивает риск получения травмы. Главное правило выполнения прыжков – всегда удерживать контроль за своим телом и осваивать новые виды прыжков постепенно. Никогда не пытайтесь прыгнуть выше, чем другие! Запрещается использование батута в одиночку.

## КЛАССИФИКАЦИЯ НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЕВ

**Заход на батут и спуск с него:** Будьте осторожны, когда заходите на батут и спускаетесь с него. Не наступайте на пружины и защитный кожух батута. Не запрыгивайте на батут с какой-либо опоры (например, с настила, крыши или лестницы) – это увеличит вероятность получения травмы! Не спрыгивайте с батута на землю, независимо от типа грунта. Если батутом пользуются маленькие дети, им может понадобиться помощь при подъёме или спуске с изделия.



**No alcohol  
or drugs  
to be  
consumed**



**No diving,  
backflips or  
somersaults**



**Алкоголь и наркотики:** ЗАПРЕЩАЕТСЯ употреблять алкоголь или наркотики при использовании батута! Это увеличит вероятность получения травмы, поскольку эти вещества понижают способности человека к принятию решений, увеличивая время реакции и ухудшая общую физическую координацию.

**Превышение количества пользователей:** Одновременное использование батута более чем одним человеком повышает вероятность получения травмы, таких как: падение с батута, столкновение двух пользователей и приземление пользователя на пружины батута. Как правило, травмируется самый легкий человек на батуте.

**Контакт с конструкцией:** При прыжках всегда оставайтесь в центре батута. Это уменьшит риск получения травмы в результате приземления на раму или пружины. Следите за тем, чтобы кожух полностью закрывал конструкцию батута. ЗАПРЕЩАЕТСЯ прыгать или наступать на каркаса батута, так как его составные элементы не рассчитаны на вес человека.

**Потеря контроля:** ЗАПРЕЩАЕТСЯ выполнять сложные прыжки и любые трюки до тех пор, пока вы не освоите простые прыжки. В противном случае резко возрастает риск получения травмы в результате падения с батута или приземления на раму/пружины. Следите за тем, чтобы приземление было в той же точке, что и отскок. Если вы все же потеряете контроль над своим телом, остановите прыжок, резко согнув ноги в коленях перед приземлением. Это позволит вам вернуться в контролируемое состояние.

**Сальто (перевороты):** ЗАПРЕЩАЕТСЯ выполнять на батуте сальто любого типа (переднее или заднее). В случае ошибки при попытке совершить сальто, вы можете приземлиться на голову или шею. Это создает огромный риск получения перелома шеи или позвоночника, что может привести к параличу или даже смерти.

**Посторонние предметы:** ЗАПРЕЩАЕТСЯ пользоваться батутом, если под ним находятся домашние животные, другие люди или какие-либо предметы. Это увеличивает вероятность получения травмы. ЗАПРЕЩАЕТСЯ держать в руках посторонние предметы или допускать попадание таких предметов на батут во время совершения прыжков. Обратите внимание также на предметы, находящиеся непосредственно над батутом: ветки деревьев, провода или другие предметы, случайно оказавшиеся над батутом.

**Ненадлежащее обслуживание батута:** Плохое состояние изделия повышает риск получения травмы. Перед каждым использованием проверяйте батут на предмет погнутых элементов каркаса, повреждений сетки, ослабленных или сломанных пружин. Также проверяйте изделие на устойчивость.

**Погодные условия:** Пожалуйста, обращайте внимания на погодные условия при использовании батута. При намокании поверхности батута повышается вероятность поскользнуться и получить травму. При ветреной погоде пользователь легко может потерять контроль над своими движениями.

**Ограничение доступа:** Если батут не используется, всегда убирайте приставную лестницу в надежное место, чтобы дети не смогли играть на батуте без присмотра.

## **СОВЕТЫ ДЛЯ СНИЖЕНИЯ РИСКА**

### **Рекомендации для пользователей**

Главное – всегда сохраняйте контроль над своими движениями. ЗАПРЕЩАЕТСЯ выполнять сложные прыжки, если вы ещё не освоили базовые техники.

Очень важно быть проинформированными обо всех правилах пользования батутом. Соблюдайте рекомендации, содержащиеся в данном руководстве. Контролируйте своё тело во время прыжков: вы должны приземляться в ту же точку, где был отскок. За более подробной информацией по технике безопасности обратитесь к квалифицированному инструктору.

### **Рекомендации для наблюдателей**

Человек, выступающий в качестве наблюдателя, должен быть ознакомлен о правилах пользования батута. В его зоне ответственности – давать советы пользователям и помогать им в случае необходимости. При отсутствии наблюдателя батут необходимо хранить в недоступном для детей месте в собранном виде либо накрывать очень тяжелой тканью (брезентом) с защитой в виде замков или цепей. Также рекомендуется распечатать выдержки из данного руководства и разместить их в поле зрения всех потенциальных пользователей батута.

## **ИНСТРУКЦИИ ПО БЕЗОПАСНОСТИ**

### **ДЛЯ ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ**

- ◆ Не используйте батут в состоянии алкогольного или наркотического опьянения.
- ◆ Перед использованием батута снимите с себя все твердые и острые предметы.
- ◆ Подъем на изделие и спуск с него необходимо выполнять осторожно: не запрыгивайте на батут и не спрыгивайте с него. Не используйте батут в качестве трамплина.
- ◆ Всегда начинайте использование батута с изучения базовых прыжков и тщательно отрабатывайте каждый тип прыжков, прежде чем пробовать более сложные. Подробную информацию вы найдете на следующей странице в разделе «Тренировочный план».
- ◆ Чтобы остановить прыжок, резко согните ноги в коленях перед приземлением.
- ◆ Всегда следите за положением своего тела во время прыжков на батуте. Контролируемый прыжок - это когда вы приземляетесь в то же место, откуда прыгнули. Если в какой-то момент вы почувствуете, что ваши движения выходят из-под контроля, попытайтесь остановиться.
- ◆ Избегайте чрезмерно долгих занятий и не пытайтесь прыгать очень высоко.
- ◆ Старайтесь всегда находиться в центре батута при выполнении прыжков, иначе вы в любой момент можете потерять контроль над своими движениями.
- ◆ Никогда не допускайте использование батута более чем одним человеком одновременно.
- ◆ Запрещается использование батута в случае отсутствия наблюдателя.

### **ДЛЯ НАБЛЮДАТЕЛЕЙ**

Внимательно ознакомьтесь с инструкциями и рекомендациями, содержащимися в руководстве. Во избежание травм донесите информацию до всех потенциальных пользователей батута.

- ◆ Пользоваться батутом следует только в присутствии другого человека (наблюдателя), независимо от опыта и возраста пользователя.

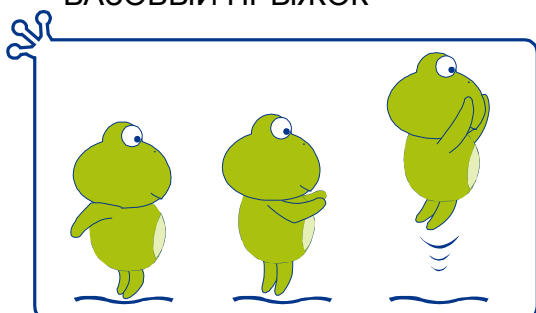


- ◆ Никогда не используйте батут, если заметили, что он мокрый, грязный или повреждён. Необходимо всегда осматривать батут, прежде чем приступить к прыжкам на нём.
- ◆ Держите подальше от батута любые предметы, которые могут помешать пользователю при прыжках, особое внимание уделив предметам над батутом.
- ◆ Когда батут не используется, доступ к нему должен быть закрыт.

## ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПЛАН

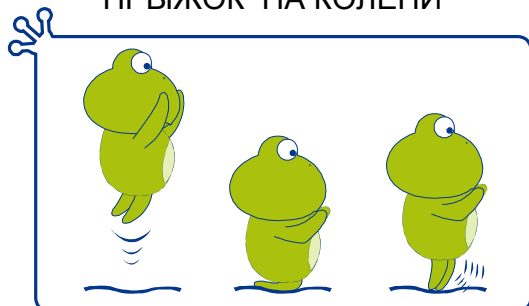
В данном разделе предложен примерный план тренировок, позволяющий освоить техники базовых прыжков, что является обязательным этапом перед более сложными прыжками. В начале занятий пользователю необходимо ознакомиться с мерами предосторожности, представленными в руководстве. Рекомендуется провести демонстрацию базовых прыжков квалифицированным инструктором.

### БАЗОВЫЙ ПРЫЖОК



1. Исходное положение: встаньте на батут, ноги на ширине плеч, голова прямо, взгляд направлен на батут.
2. Поднимите руки вперед и вверх, делайте круговые движения.
3. Во время прыжка держите ноги вместе и натяните носки.
4. При приземлении на батут держите ноги на ширине плеч.

### ПРЫЖОК НА КОЛЕНИ



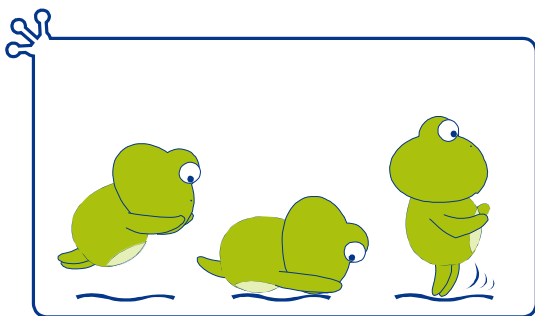
1. Начните с базового прыжка.
2. Приземлитесь на колени, держа спину прямо, удерживайте равновесие с помощью рук.
3. Вернитесь в исходное положение, махнув руками вверх.

### ПРЫЖОК В СЕД



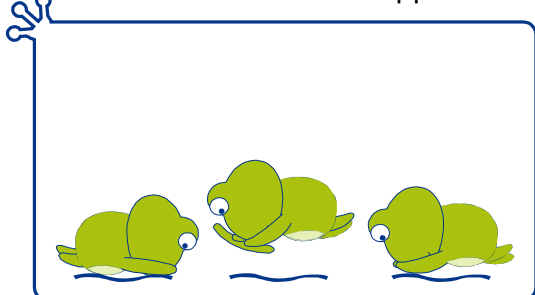
1. Выполните базовый прыжок с приземлением в положение сидя.
2. Разместите руки на батуте по бокам от своих бедер.
3. Вернитесь в положение стоя, оттолкнувшись руками.

## ПРЫЖОК С ПРИЗЕМЛЕНИЕМ ЛЕЖА



1. Начните с базового прыжка на небольшую высоту.
2. Приземлитесь в положение лежа (лицом вниз) и вытяните руки на батуте вперед.
3. Оттолкнитесь руками от мата, чтобы вернуться в положение стоя.

## ПОВОРОТ НА 180 ГРАДУСОВ



1. Выполните прыжок с приземлением лежа.
2. Оттолкнитесь правой или левой рукой (в зависимости от того, в какую сторону вы хотите сделать поворот).
3. Держите корпус ровно, не прогибайтесь. Во время поворота ваше тело должно быть параллельно мату.
4. Приземлитесь в положение лежа и вернитесь в положение стоя, оттолкнувшись руками.

**ВСЕГДА ПРЫГАЙТЕ ПО ЦЕНТРУ БАТУТА. ЕСЛИ ВЫ ПОТЕРЯЛИ КОНТРОЛЬ И СМЕЩАЕТЕСЬ В КРАЙ МАТА, ОСТАНОВИТЕСЬ. СМЕЩЕНИЕ ОТ ЦЕНТРА ДОЛЖНО БЫТЬ НЕ БОЛЬШЕ 30 СМ, ИНАЧЕ ЭТО УЖЕ НЕБЕЗОПАСНО.**

**ВЕРНИТЕСЬ В ЦЕНТР БАТУТА И ВОЗОБНОВИТЕ ПРЫЖКИ.**

## ИНСТРУКЦИИ ПО СБОРКЕ

В процессе сборки вам потребуется специальный инструмент для натяжения пружин - обратите внимание, он входит в комплект изделия. Если батут не используется, его можно легко разобрать для хранения. **Перед сборкой изучите инструкции в соответствующем разделе руководства.**

## ПОДГОТОВКА

На этой странице описаны детали и их соответствующие номера. В руководстве по сборке эти описания и номера используются для облегчения сборки.

Перед началом сборки убедитесь, что все перечисленные детали есть в наличии. Инструкции о том, что делать с недостающими частями, приведены ниже.






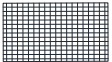



**Надевайте перчатки во избежание травмирования рук во время сборки.**

## Перечень деталей

### Батут

№	Изображение	Наименование	Количество	
			365см	460см
1		Прыжковый мат	1	1
2		Защитный кожух	1	1
3		Опорная ножка - боковая часть	12	12
4		Дуговая труба - для нижнего каркаса	12	12
5		Опорная ножка - основание	6	6
6		Пружина	72	96
7		Болт	12	12
8		Колпачковая гайка	12	12
9		Пружинная шайба (среднего размера)	12	12
10		Пружинная шайба (большая)	12	12
11		Плоская шайба	12	12
12		Пластиковая заглушка	6	6
13		Винт	12	12
14		Гаечный ключ	1	1
15		Шестигранник	1	1
16		Инструмент для натяжения пружин	1	1
17		Заглушка	0	6
18		Табличка с инструкциями по безопасности	1	1

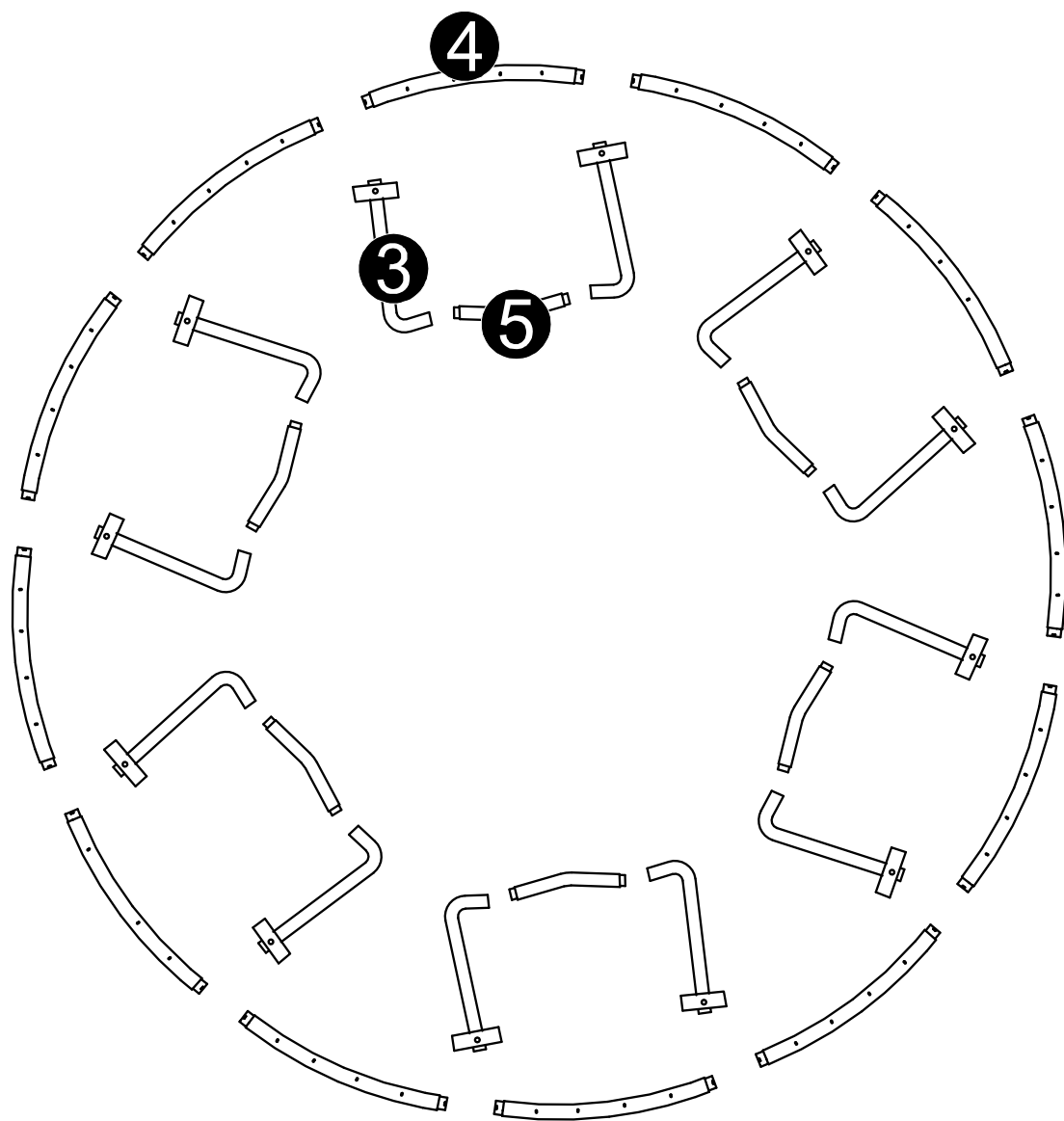
### Защитная сетка

№	Изображение	Наименование	Количество	
			365см	460см
A		Стойка - верхняя секция	6	6
B		Стойка - нижняя секция	6	6
C		Дуговая труба - для верхнего каркаса	12	12
D		Саморез	12	12
E		Трос	7	9
F		Сетка	1	1
G		Пружинная шайба (маленькая)	6	6
H		Табличка с инструкциями по безопасности	1	1
I		Заглушка	6	6

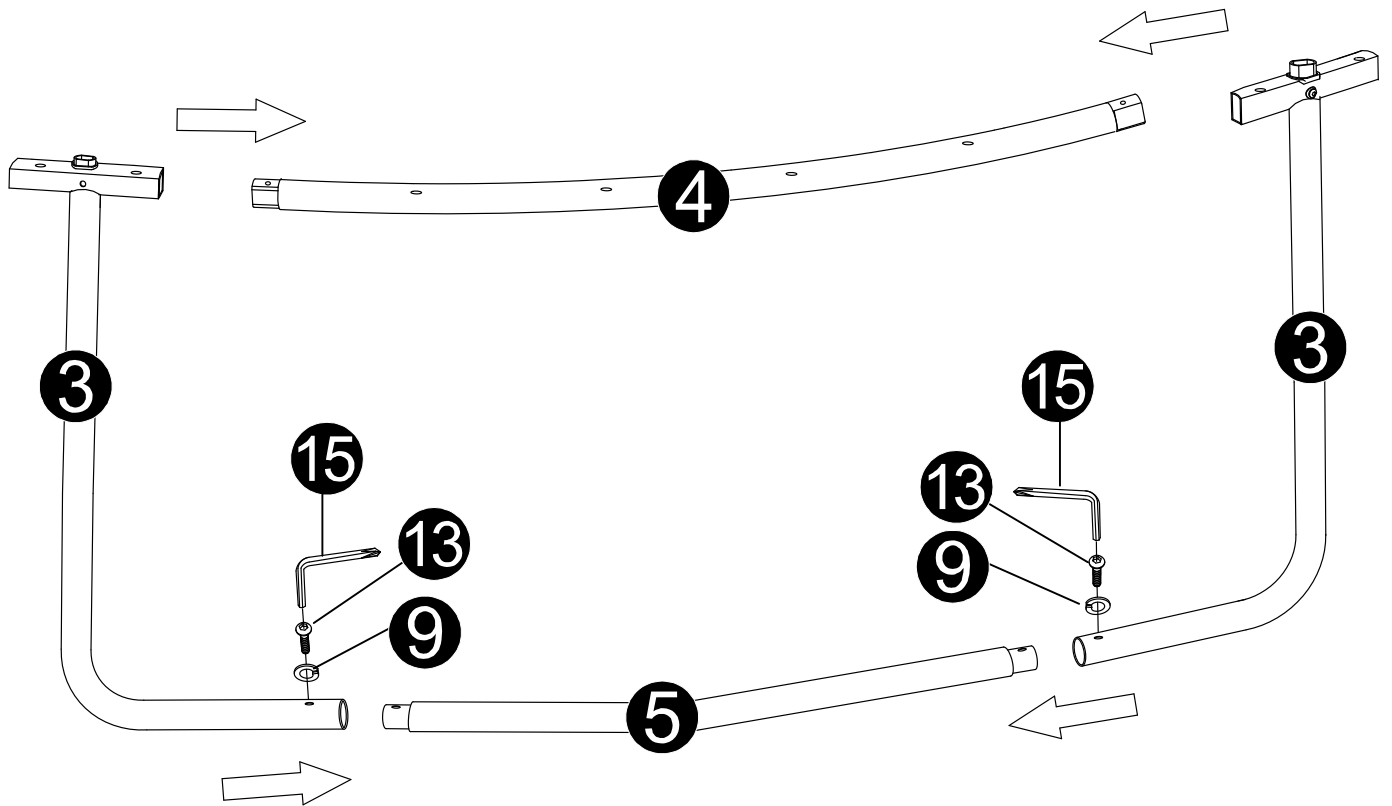
**ОСНОВНЫЕ ИНСТРУМЕНТЫ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ СБОРКИ, ВХОДЯТ В КОМПЛЕКТ ИЗДЕЛИЯ, ОДНАКО ДЛЯ УДОБСТВА РЕКОМЕНДУЕМ ТАКЖЕ ИСПОЛЬЗОВАТЬ ОТВЁРТКУ (В КОМПЛЕКТ НЕ ВХОДИТ).**

## Инструкции по сборке

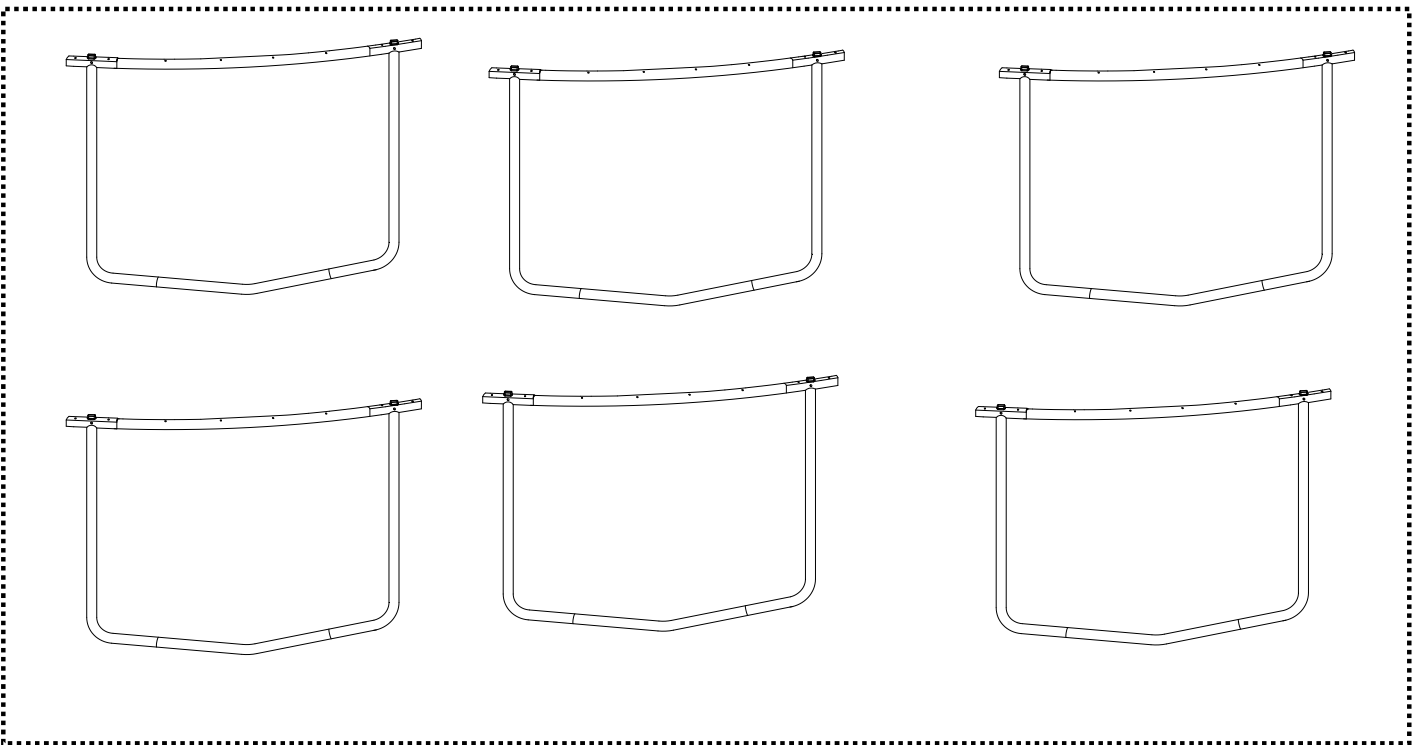
### ШАГ 1



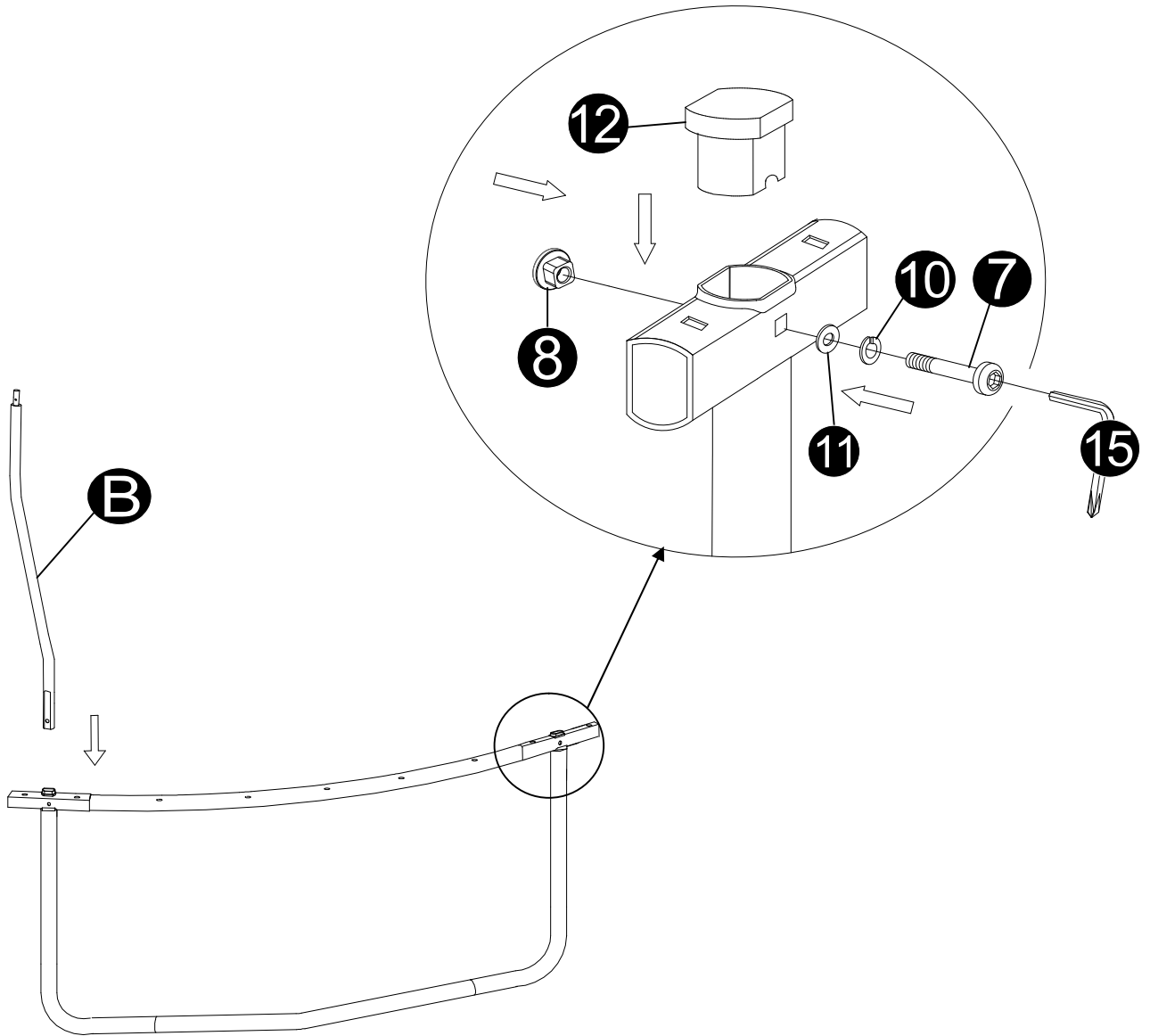
**ШАГ 2**



**Примечание: Следуя инструкциям, соберите 6 опорных ножек батута.**

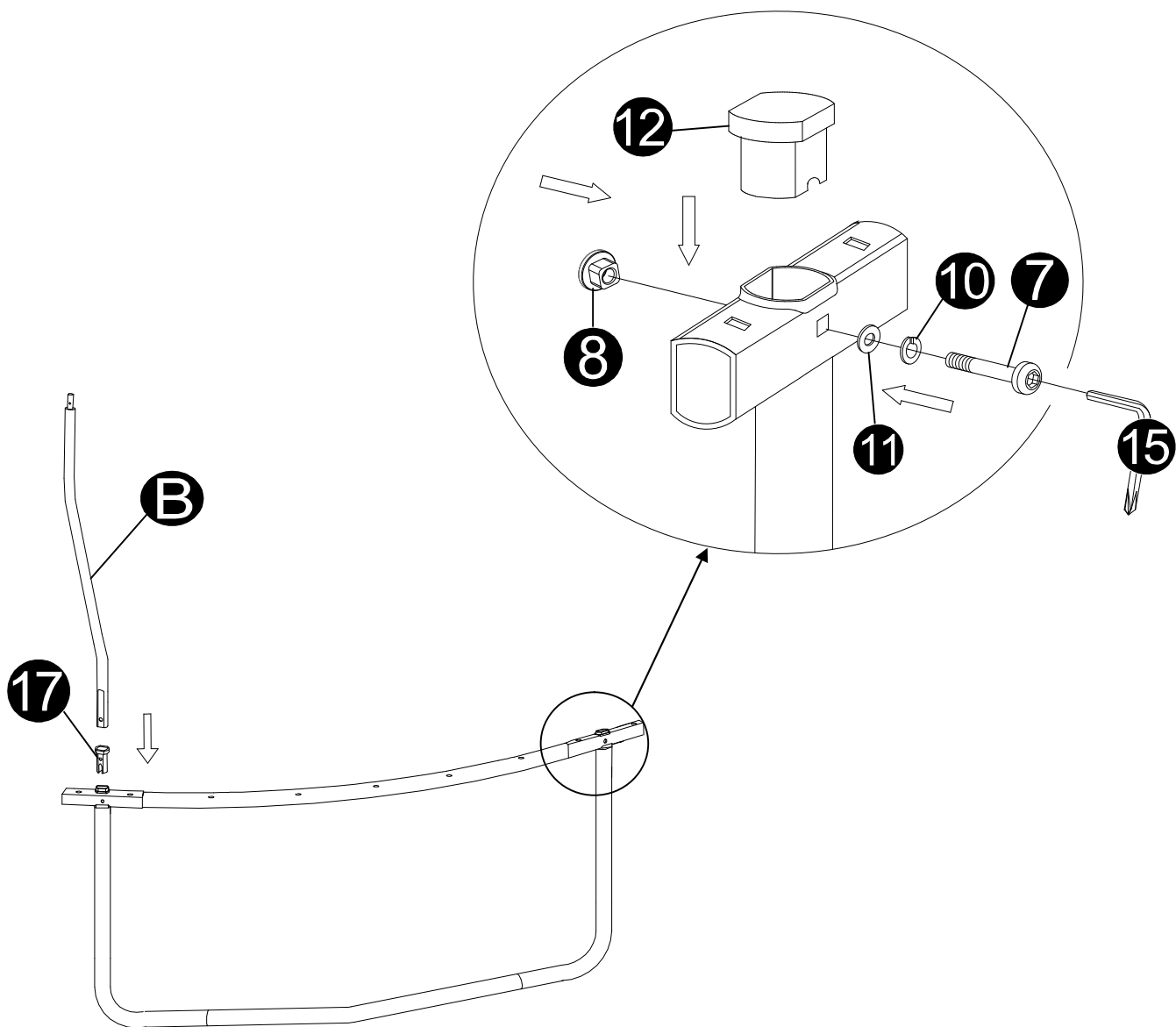


ШАГ 3



Для батута диаметром 365 см

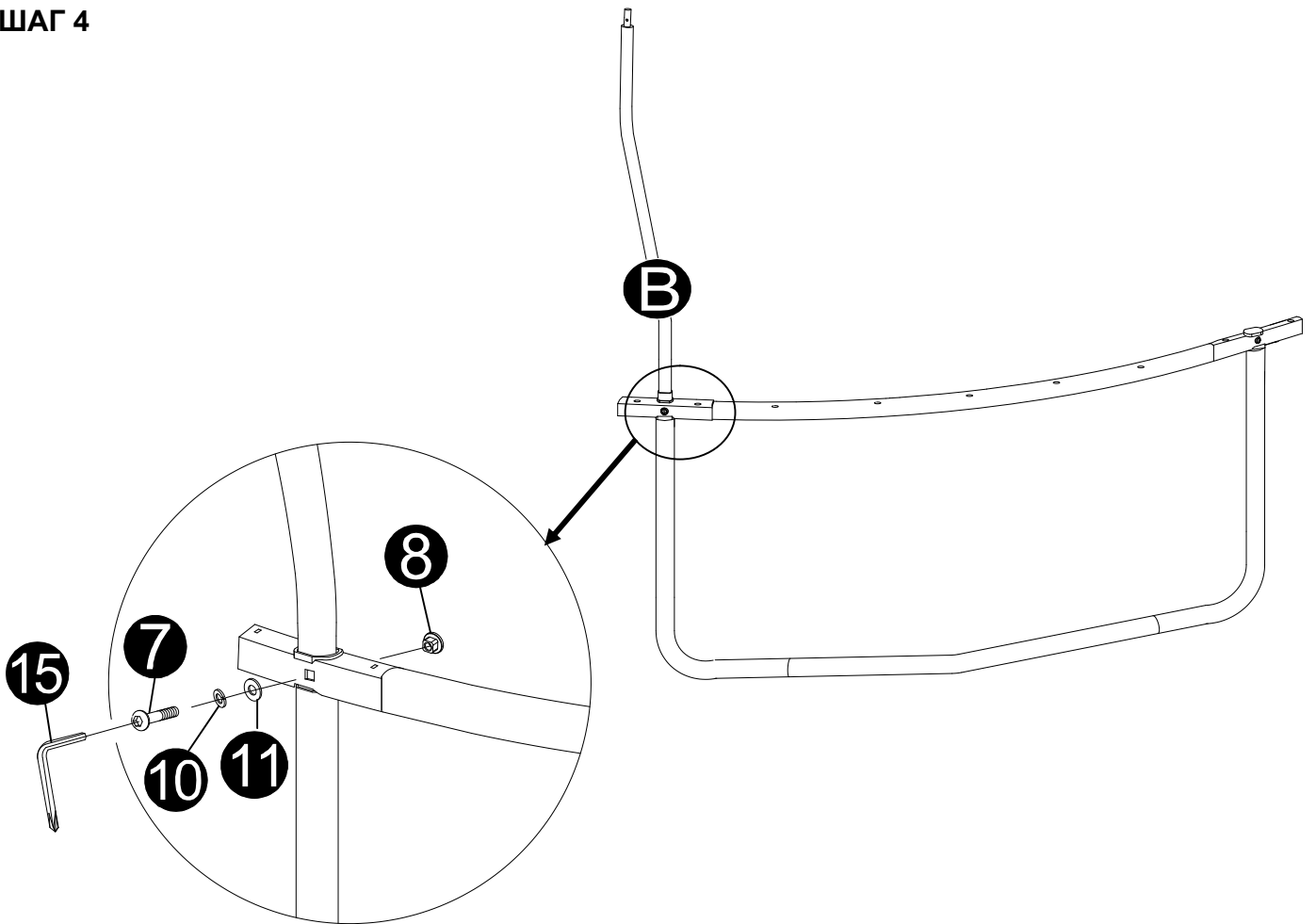
ШАГ 3-1



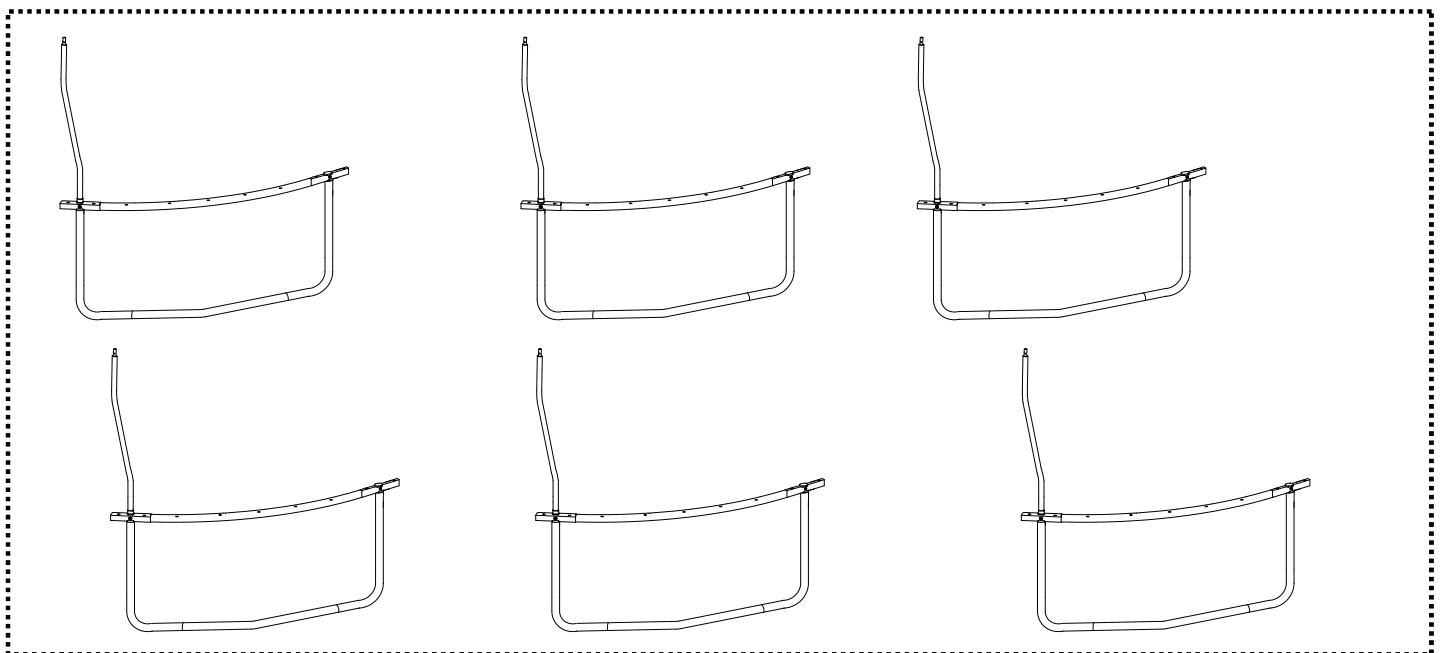
Для батута диаметром 460 см



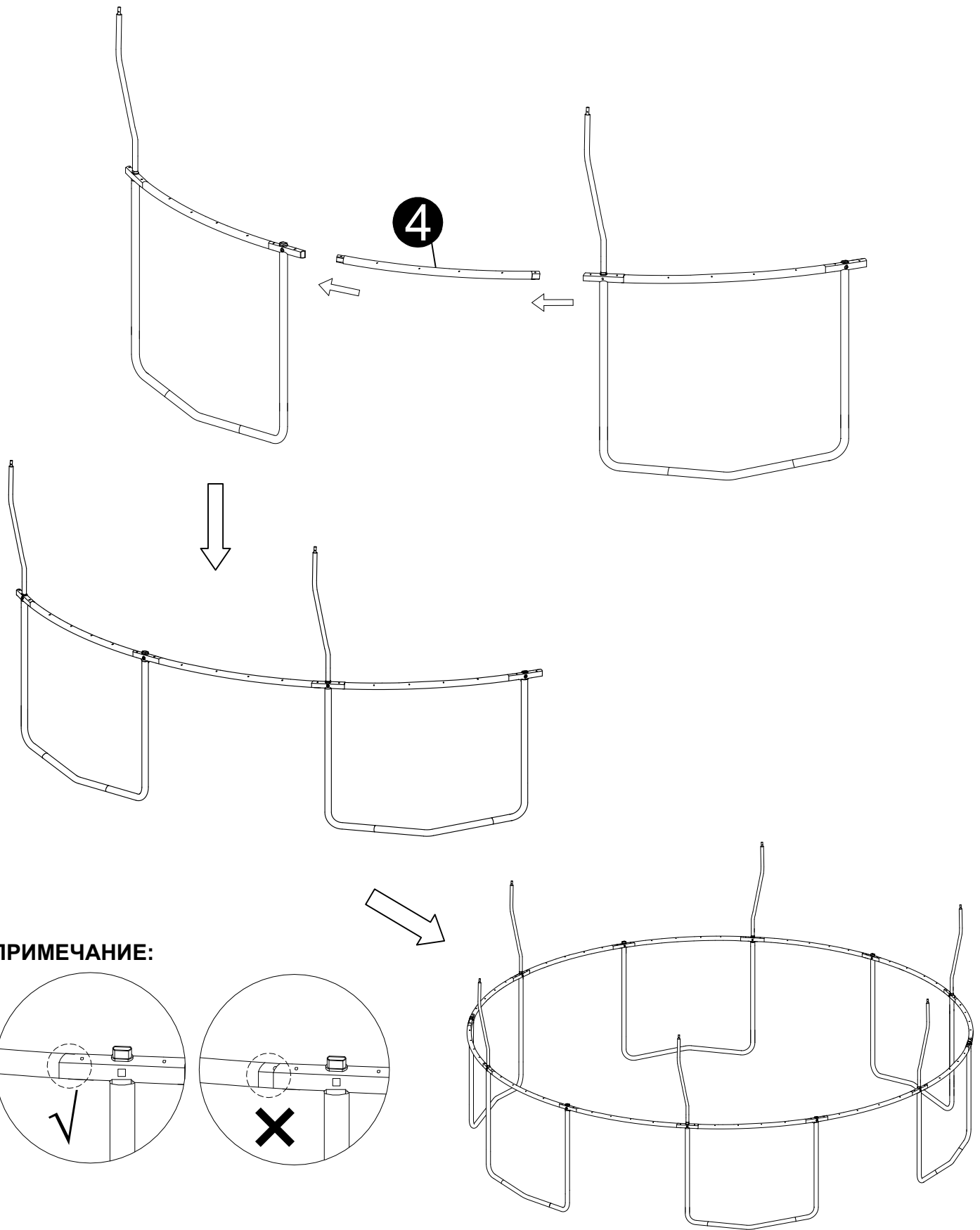
**ШАГ 4**



**Примечание: Следуя инструкциям, закрепите по одной стойке на каждой опорной ножке.**



ШАГ 5



## ШАГ 6 - ДЛЯ БАТУТА ДИАМЕТРОМ 365 СМ

Количество треугольных наконечников на мате соответствует количеству отверстий на каркасе. Если в процессе сборки вы просчитались, и какой-то из элементов остался незадействованным, снимите и переустановите пружины в этом месте, поддерживая равномерное распределение натяжения

При установке пружин строго следуйте инструкциям. Ошибки в креплении могут привести к повреждению прыжкового мата.

### **⚠ ВНИМАНИЕ**

Выполняйте сборку в плотных перчатках, чтобы защитить руки от повреждений при заземлении, а также надевайте очки, чтобы обезопасить глаза.

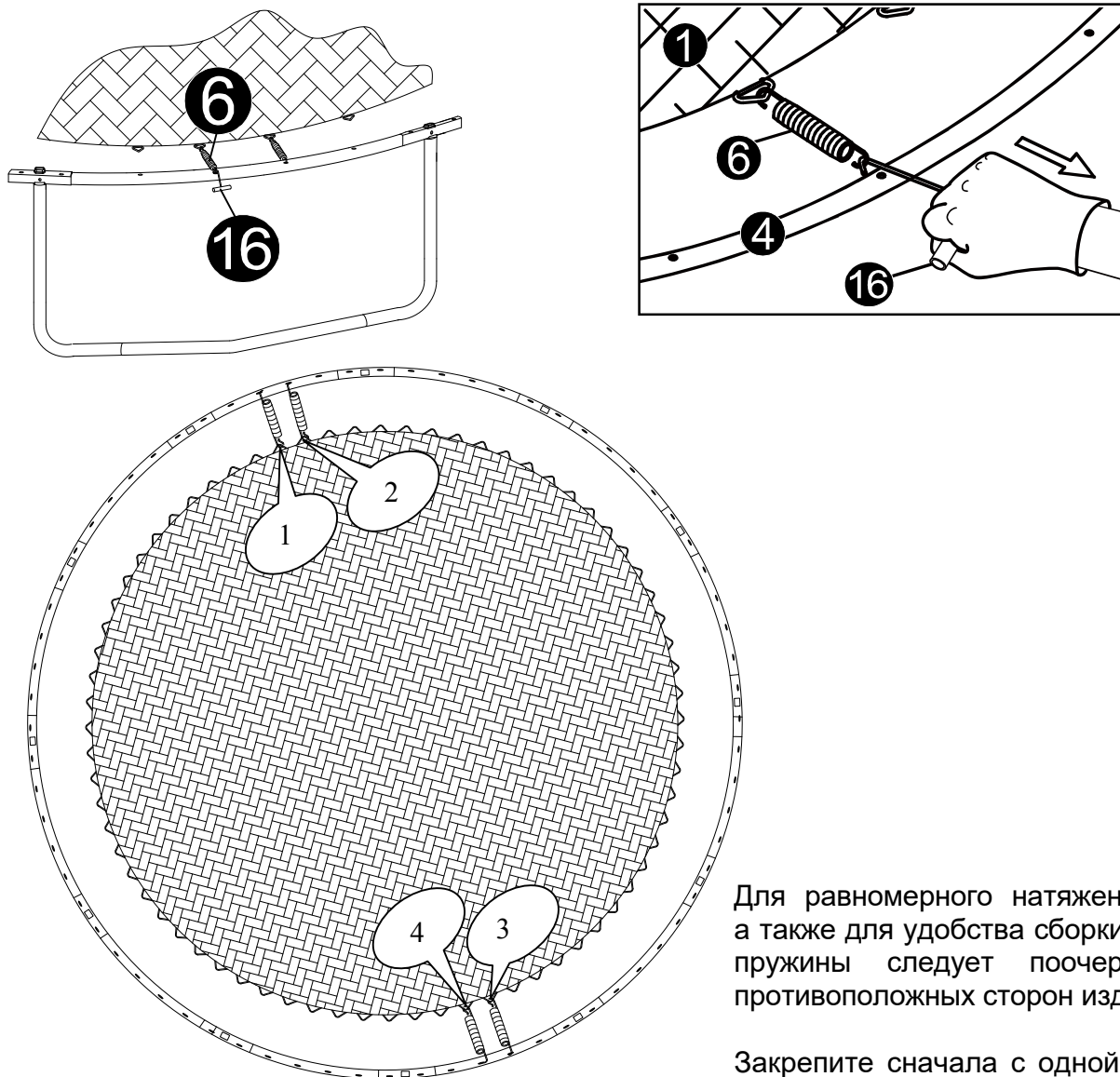
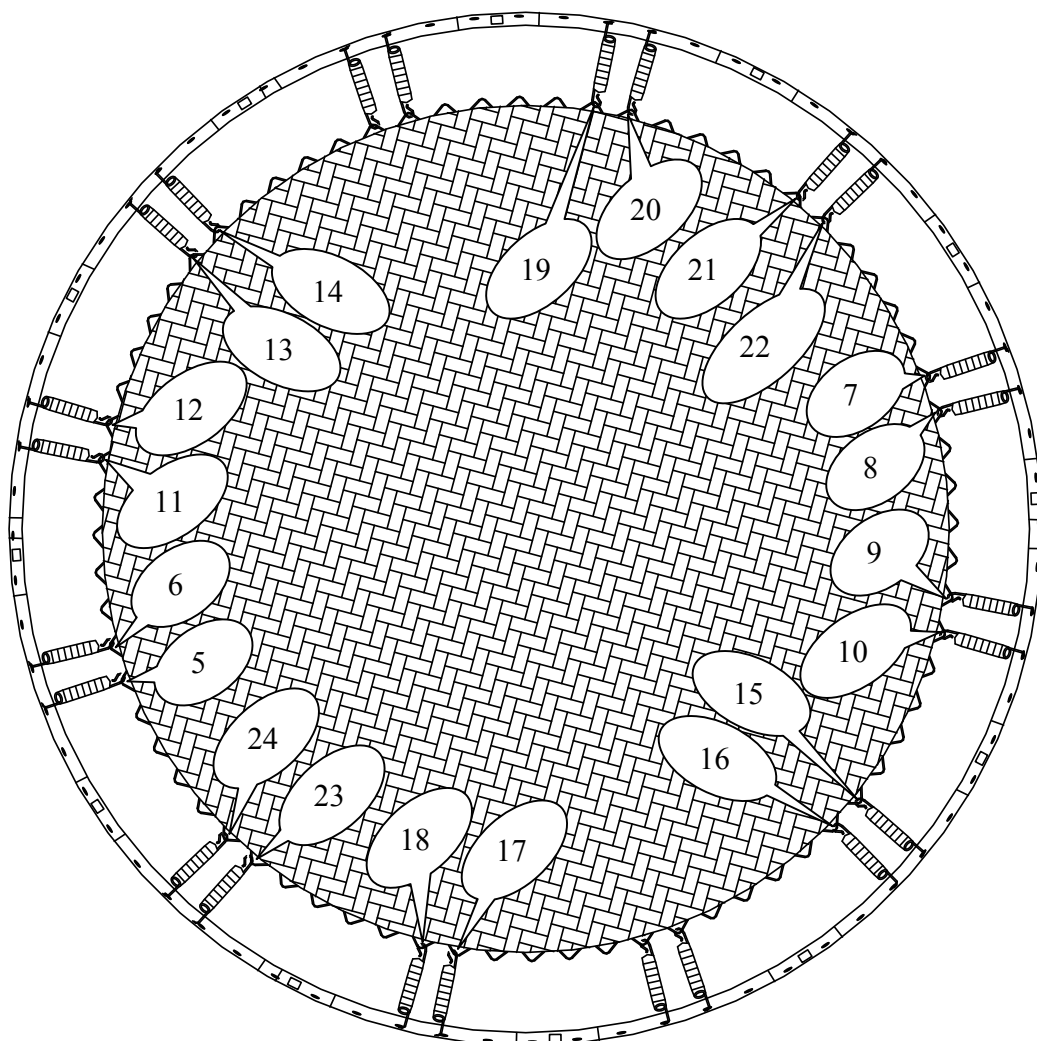


РИСУНОК 1

Для равномерного натяжения мата, а также для удобства сборки, крепить пружины следует поочерёдно, с противоположных сторон изделия.

Закрепите сначала с одной стороны мата пружины №1 и №2, затем перейдите на противоположную сторону и закрепите пружины №3 и №4 (см. рисунок 1).

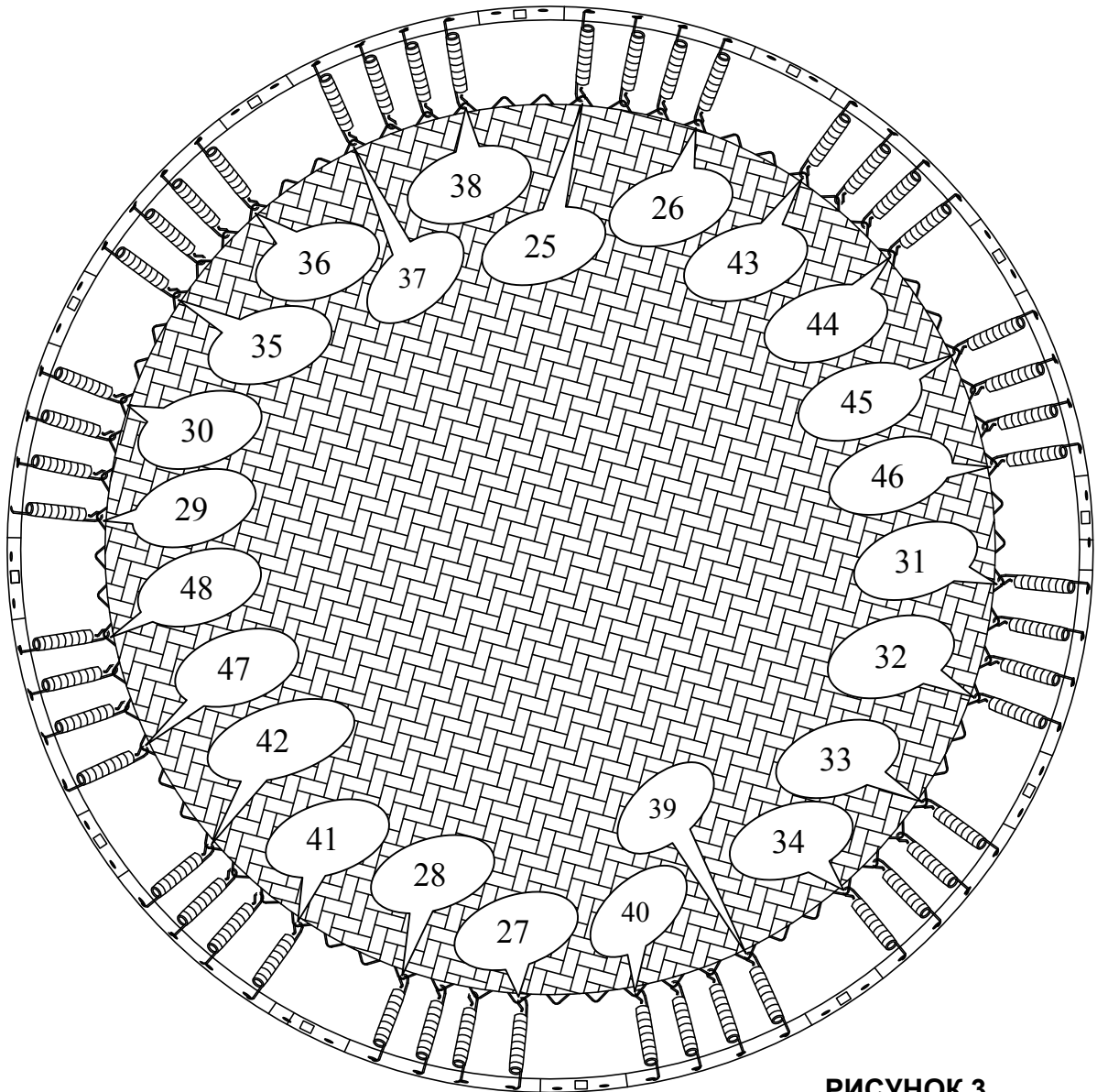
**ШАГ 6-1 - ДЛЯ БАТУТА ДИАМЕТРОМ 365 СМ**



**РИСУНОК 2**

Продолжайте крепить пружины, следуя обозначенному порядку №5-24 (см. рисунок 2).

**ШАГ 6-2 - ДЛЯ БАТУТА ДИАМЕТРОМ 365 CM**

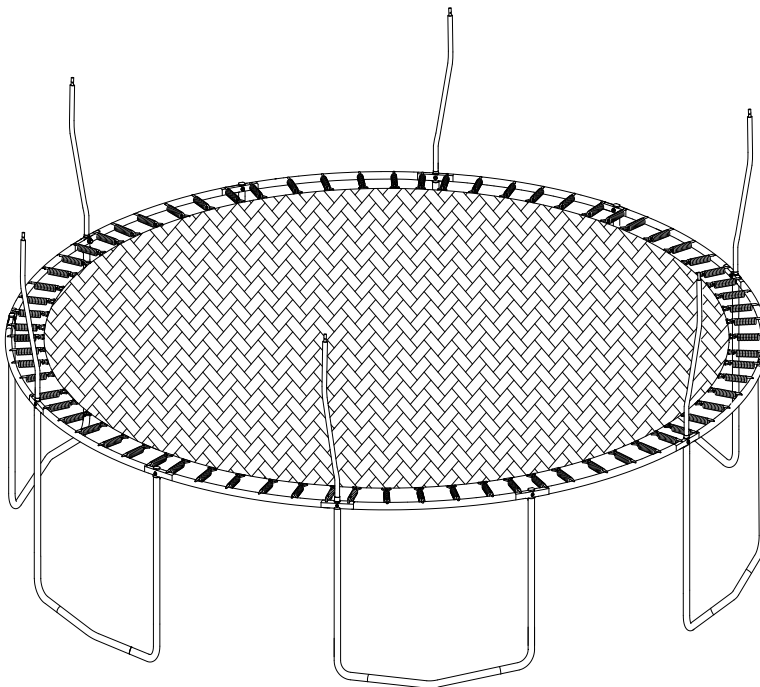
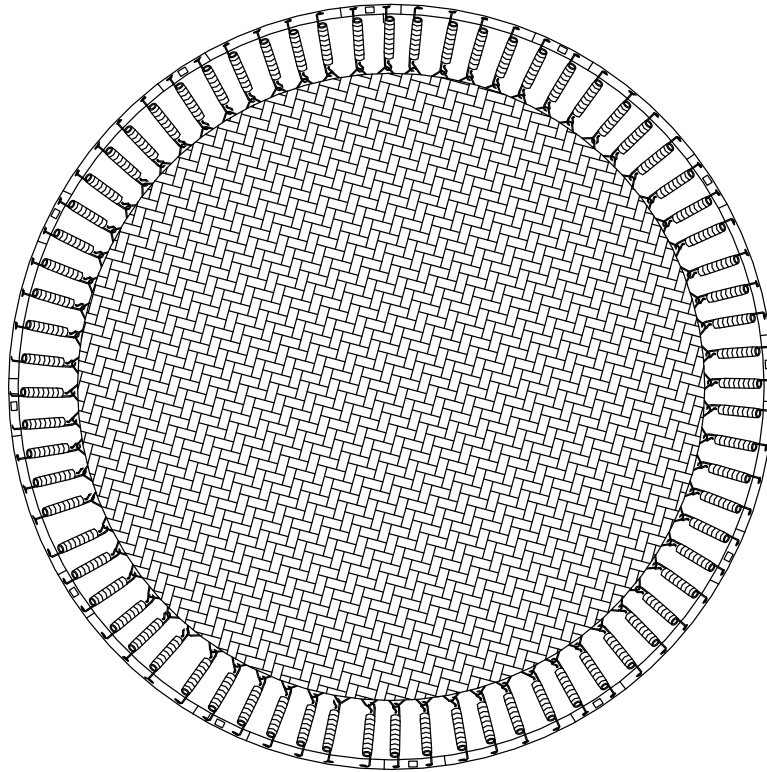


**РИСУНОК 3**

Продолжайте крепить пружины, следуя обозначенному порядку №25-48 (см. рисунок 3).

### ШАГ 6-3 - ДЛЯ БАТУТА ДИАМЕТРОМ 365 СМ

Аналогичным образом завершите крепление оставшихся пружин.



Так должна выглядеть конструкция после того, как будет выполнено крепление всех пружин.

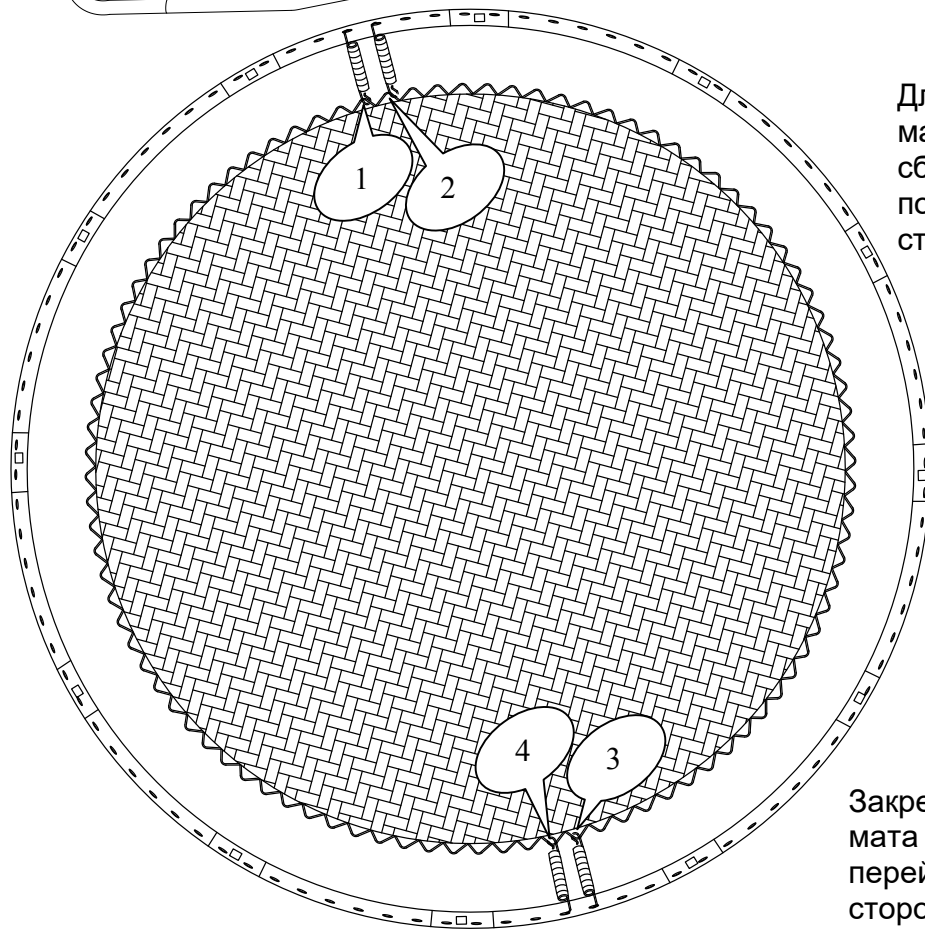
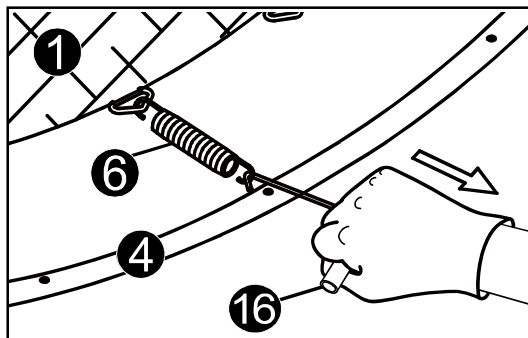
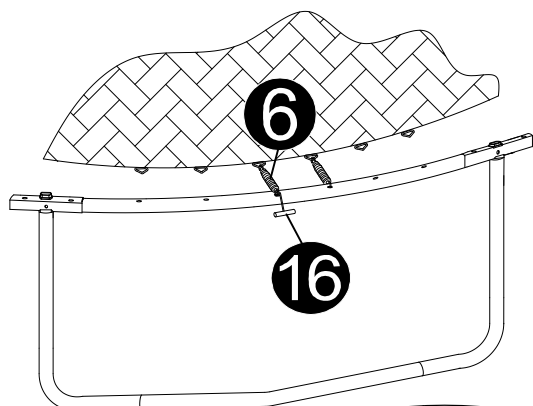
## ШАГ 6-4 - ДЛЯ БАТУТА ДИАМЕТРОМ 460 СМ

Количество треугольных наконечников на мате соответствует количеству отверстий на каркасе. Если в процессе сборки вы просчитались, и какой-то из элементов остался незадействованным, снимите и переустановите пружины в этом месте, поддерживая равномерное распределение натяжения

При установке пружин строго следуйте инструкциям. Ошибки в креплении могут привести к повреждению прыжкового мата.

### ⚠ ВНИМАНИЕ

Выполняйте сборку в плотных перчатках, чтобы защитить руки от повреждений при заземлении, а также надевайте очки, чтобы обезопасить глаза.

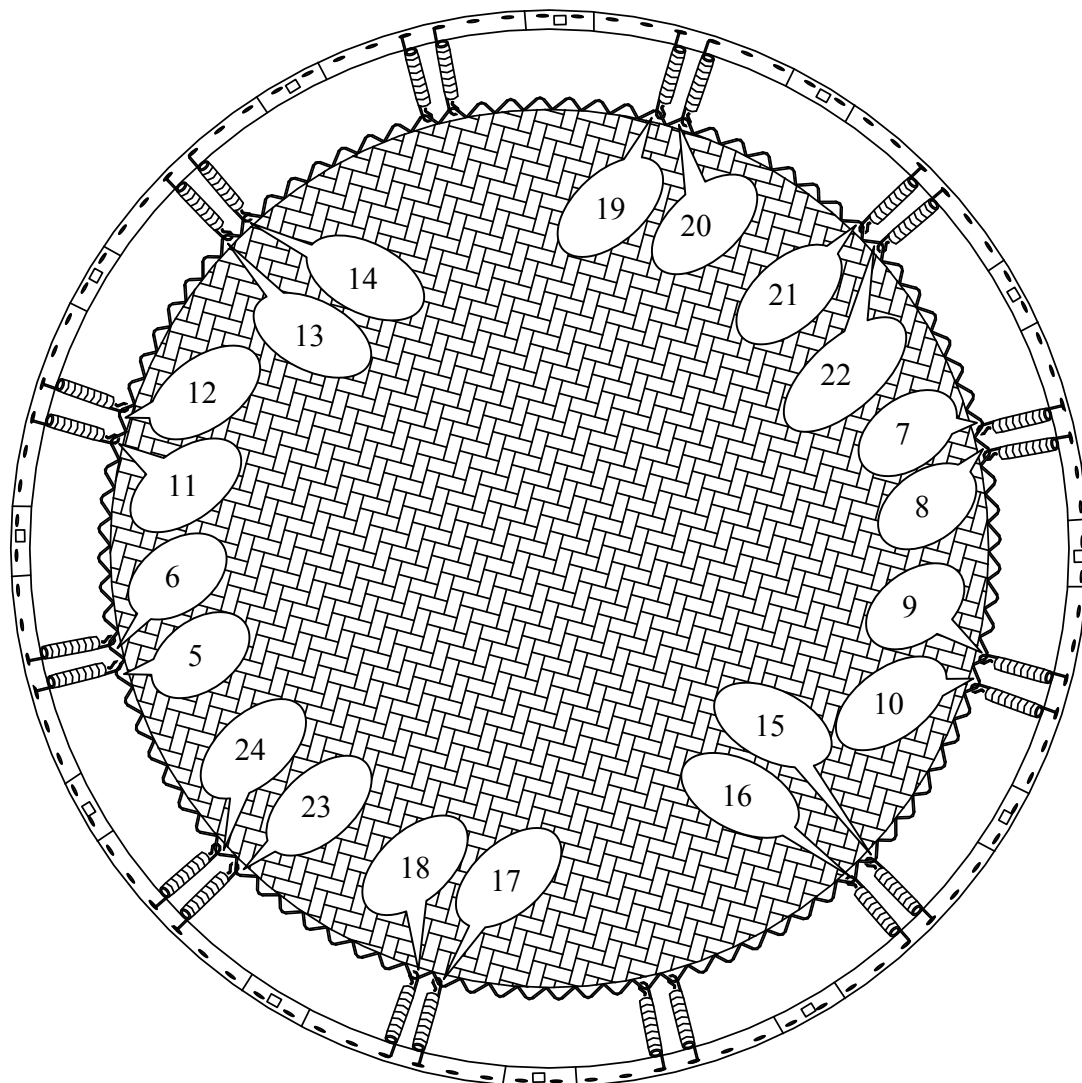


Для равномерного натяжения мата, а также для удобства сборки, крепить пружины следует поочерёдно, с противоположных сторон изделия.

Закрепите сначала с одной стороны мата пружины №1 и №2, затем перейдите на противоположную сторону и закрепите пружины №3 и №4 (см. рисунок 4).

РИСУНОК 4

**ШАГ 6-5 - ДЛЯ БАТУТА ДИАМЕТРОМ 460 СМ**



**РИСУНОК 5**

Продолжайте крепить пружины, следуя обозначенному порядку №5-24 (см. рисунок 5).



ШАГ 6-6 - ДЛЯ БАТУТА ДИАМЕТРОМ 460 СМ

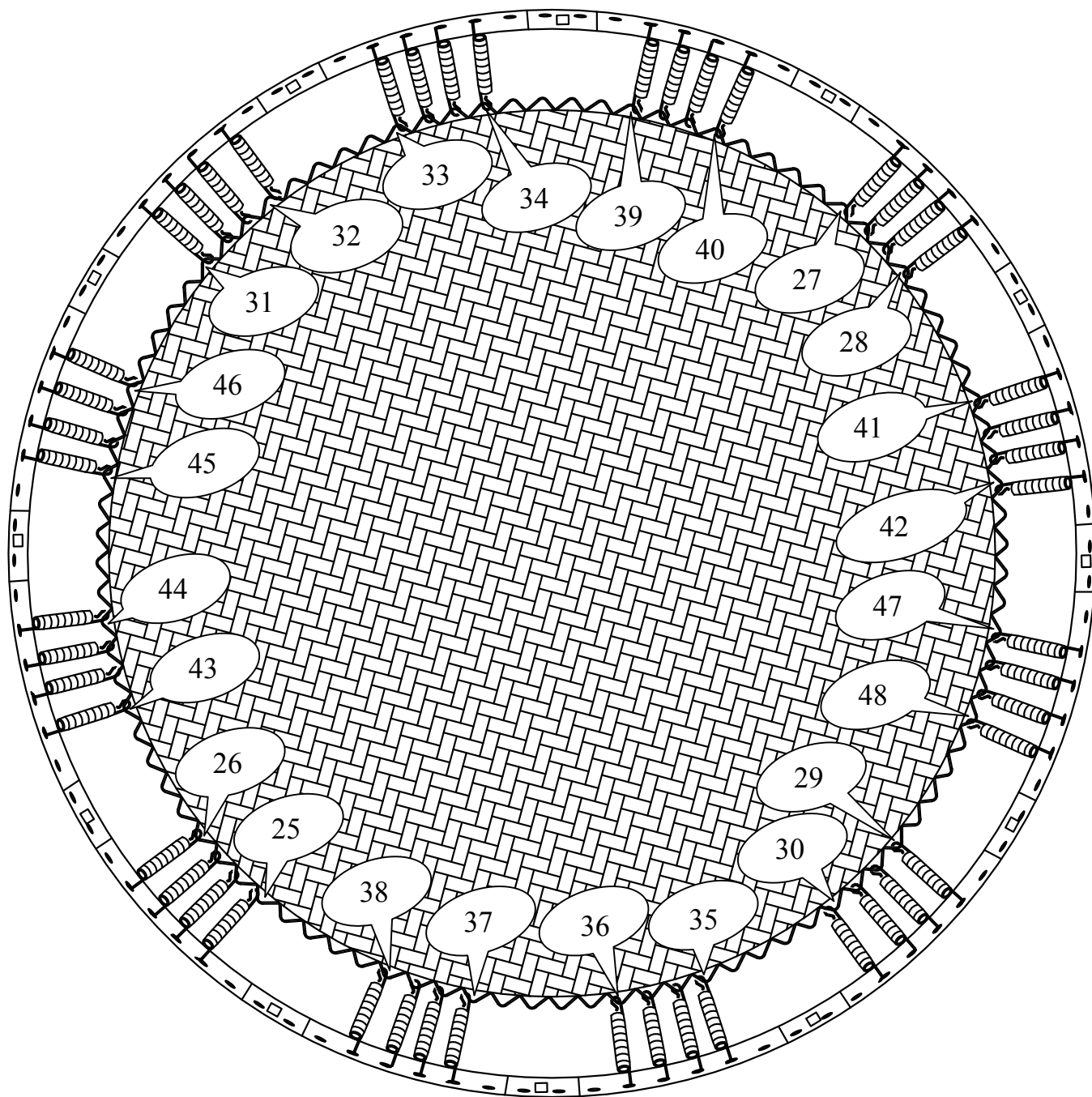
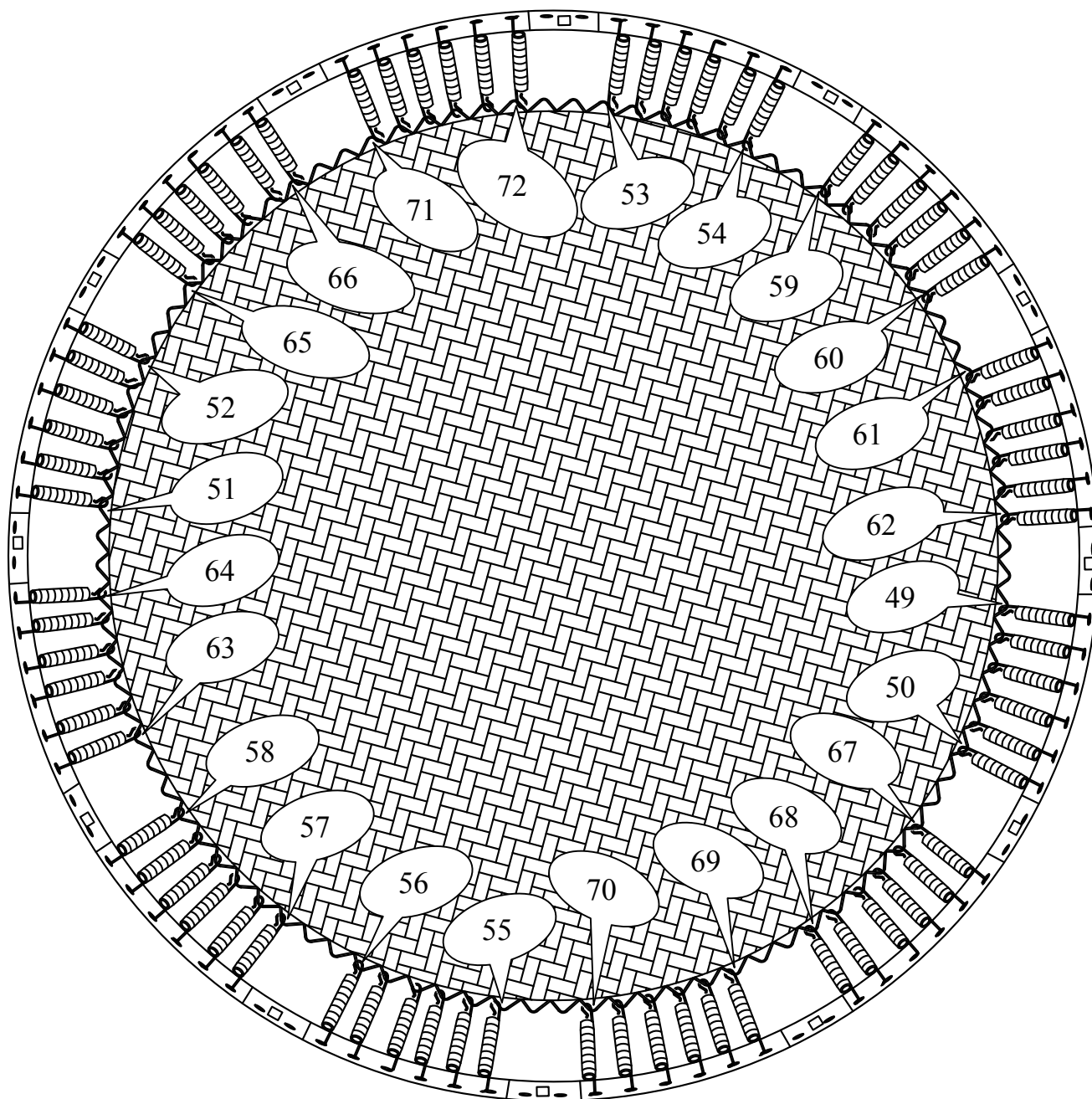


РИСУНОК 6

Продолжайте крепить пружины, следуя обозначенному порядку №25-48 (см. рисунок 6).

**ШАГ 6-7 - ДЛЯ БАТУТА ДИАМЕТРОМ 460 СМ**

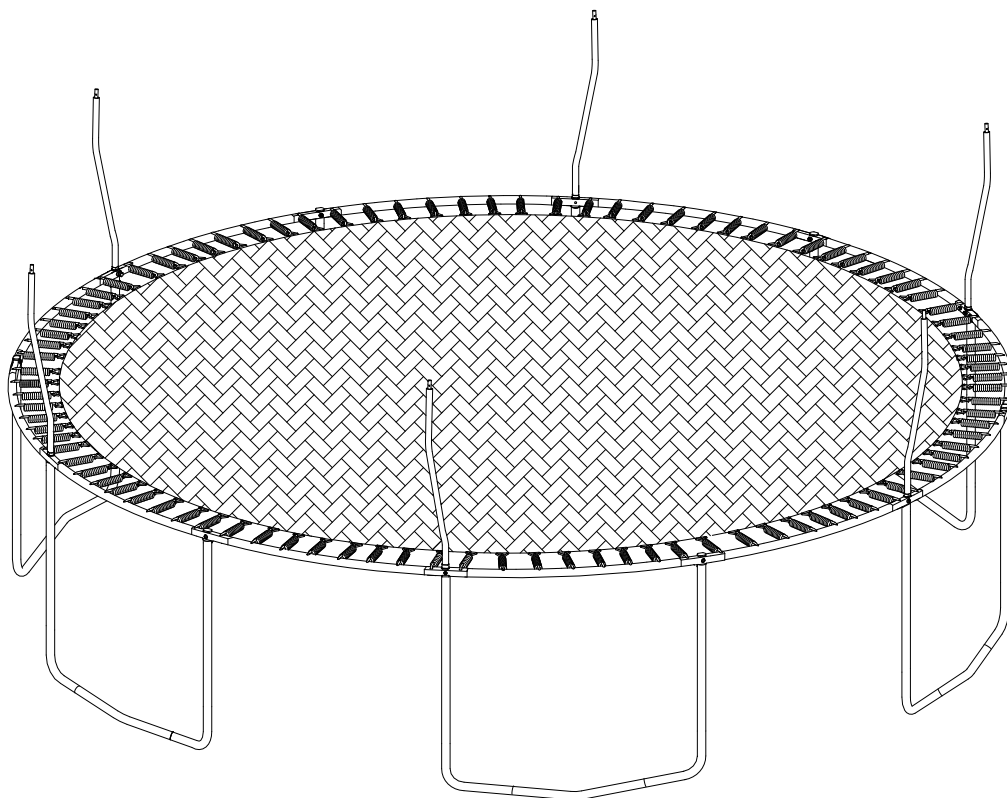
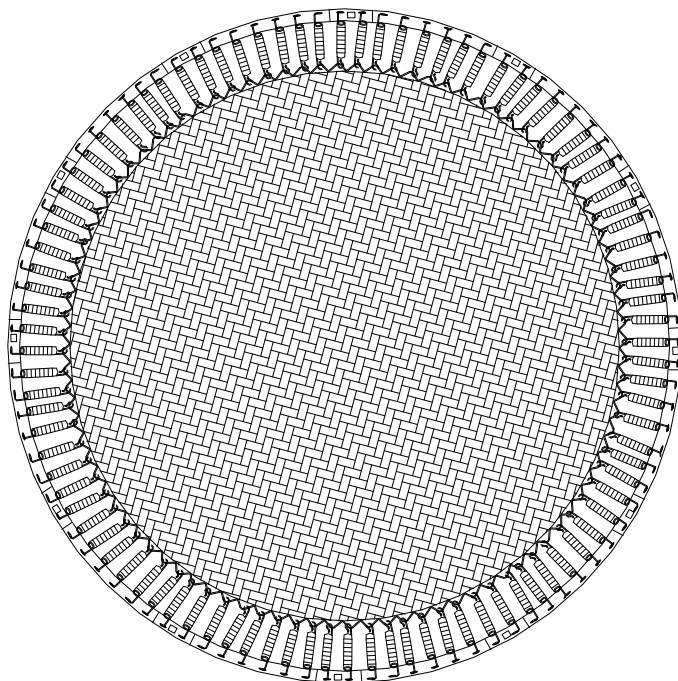


**РИСУНОК 7**

Продолжайте крепить пружины, следуя обозначенному порядку №49-72 (см. рисунок 7).

## ШАГ 6-8 - ДЛЯ БАТУТА ДИАМЕТРОМ 460 СМ

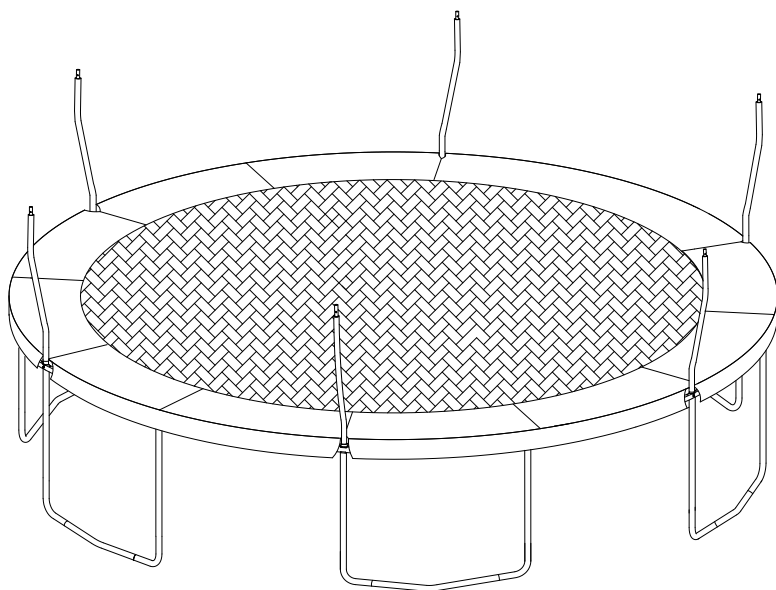
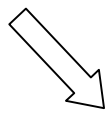
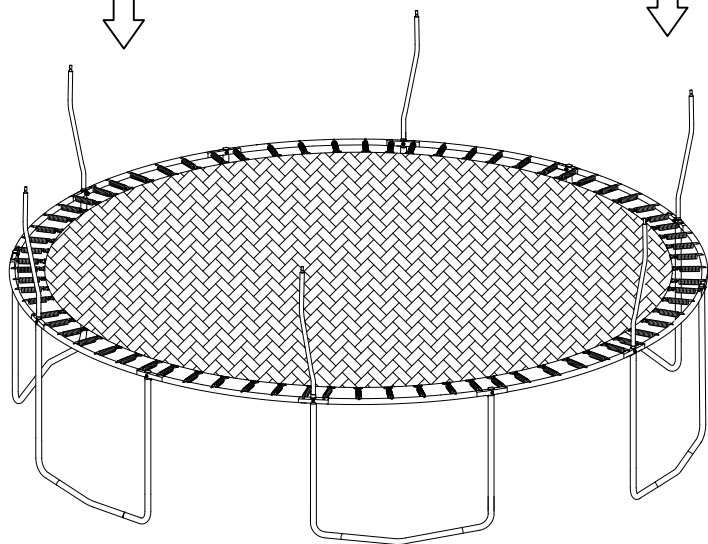
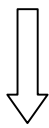
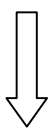
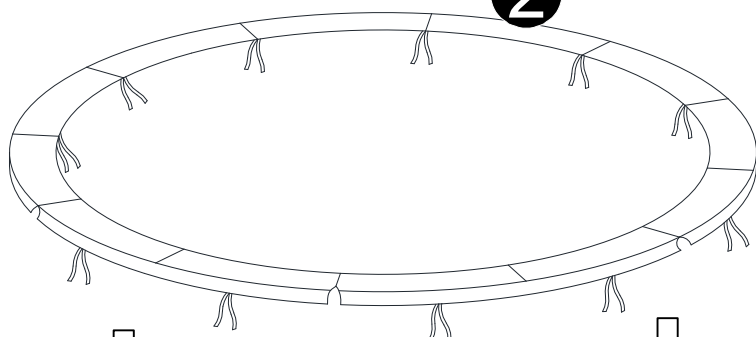
Аналогичным образом завершите крепление оставшихся пружин.



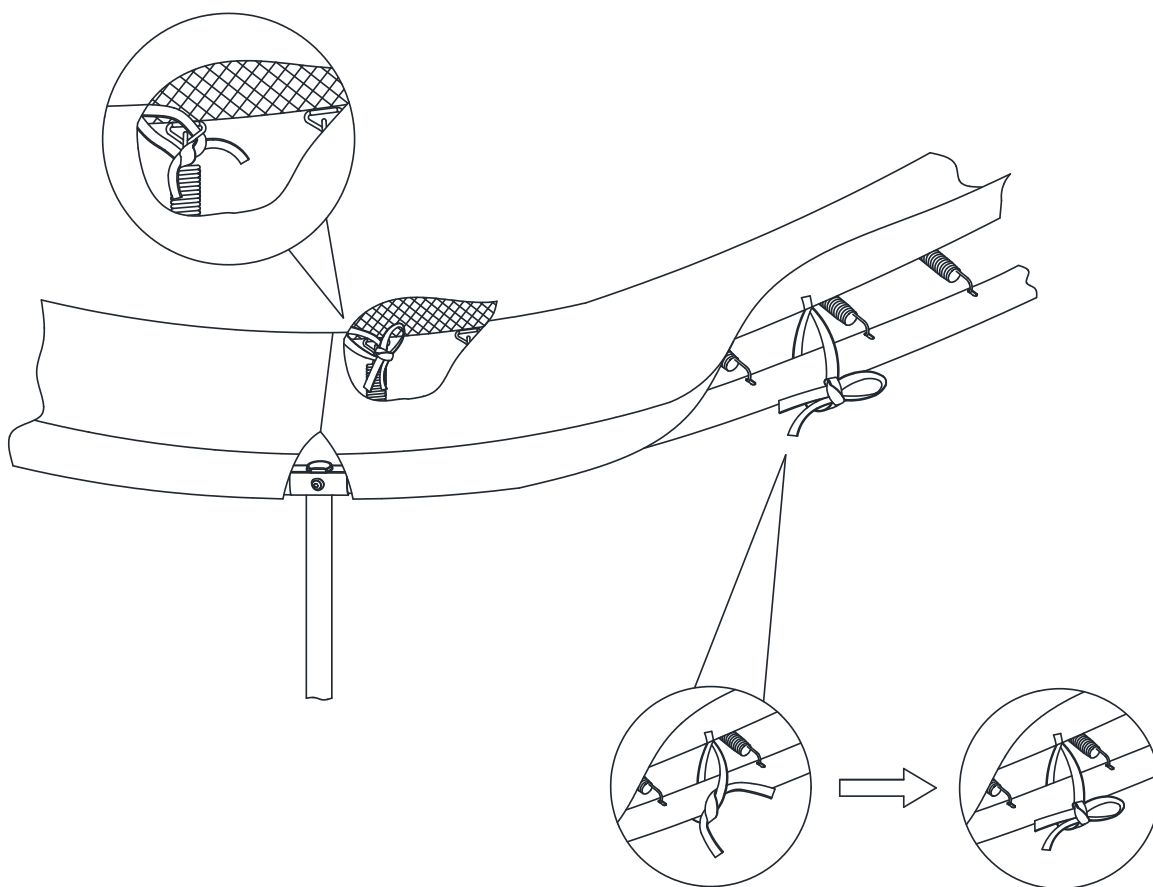
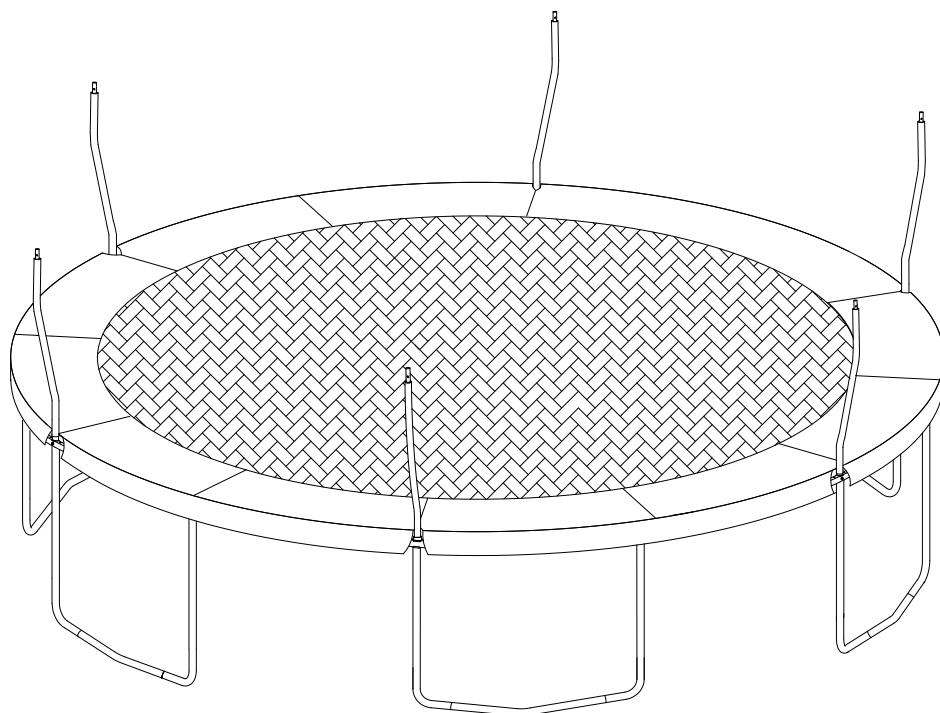
Так должна выглядеть конструкция после того, как будет выполнено крепление всех пружин.

ШАГ 7

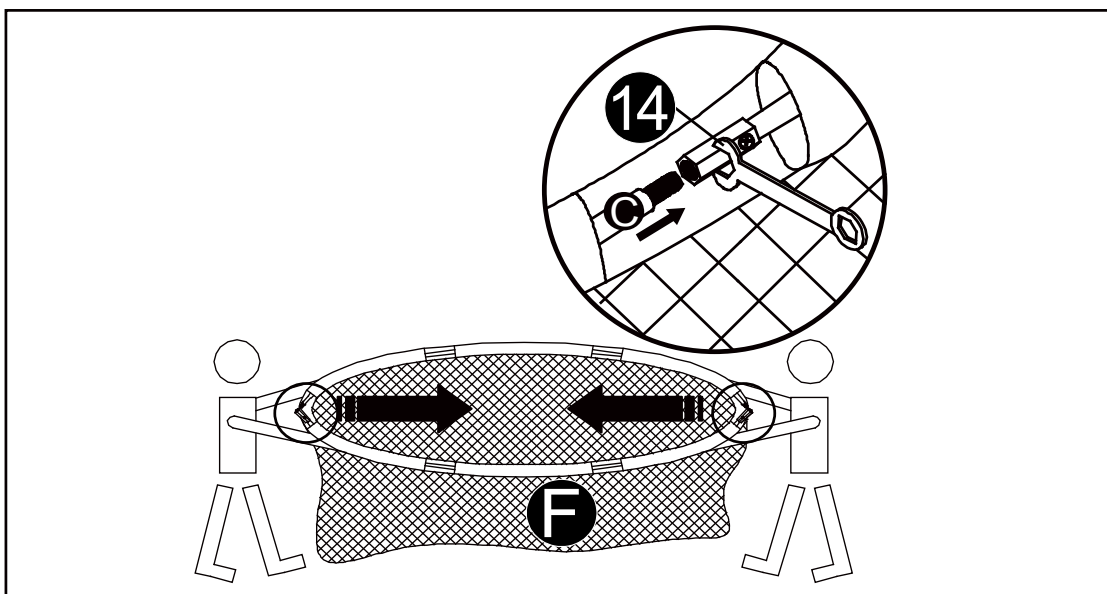
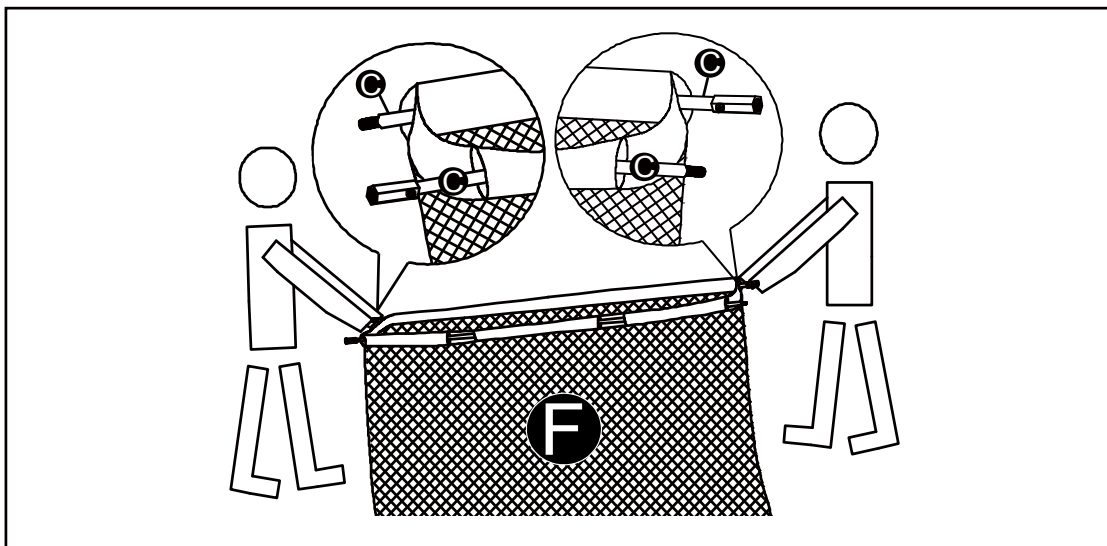
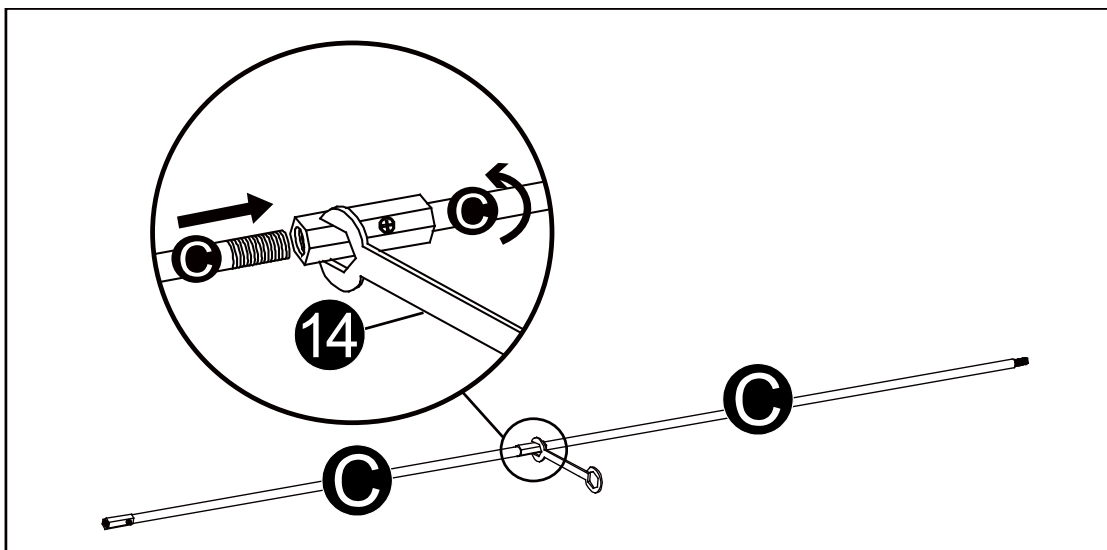
2



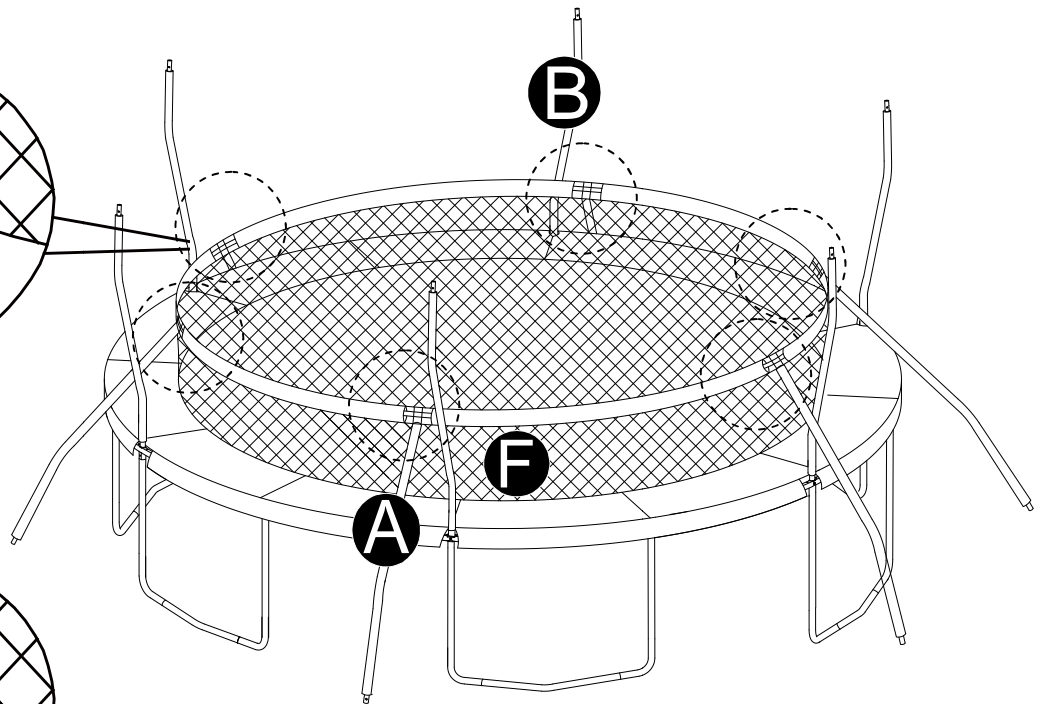
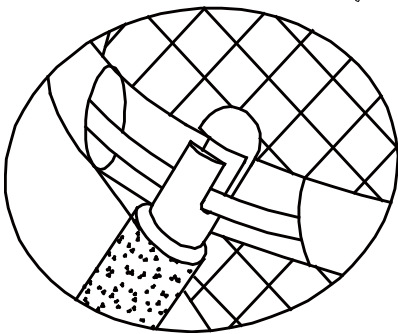
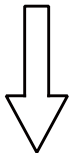
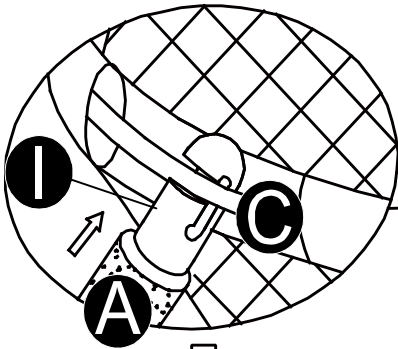
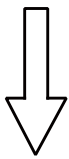
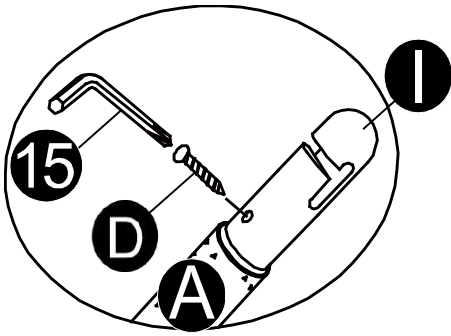
ШАГ 8



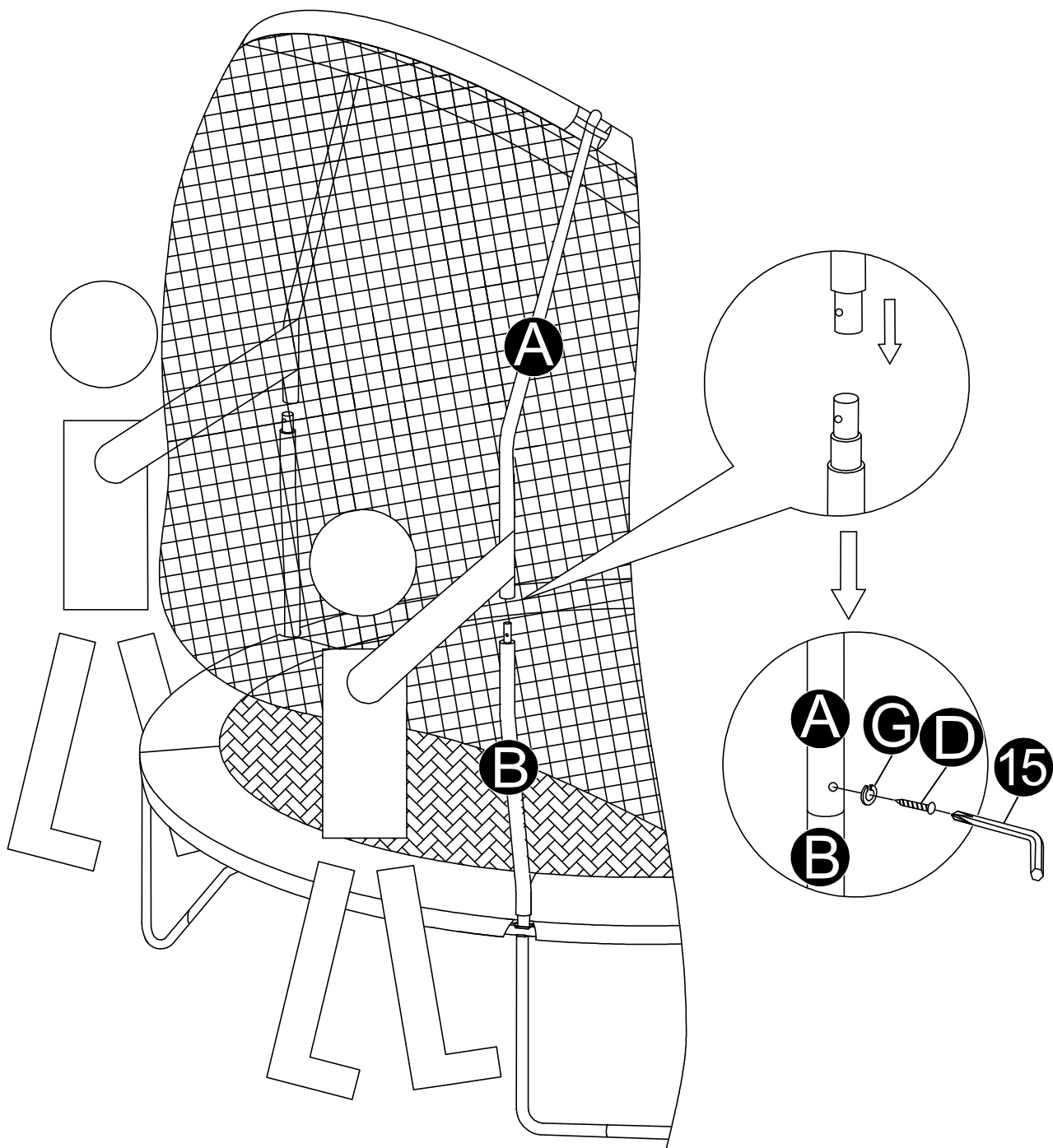
ШАГ 9



ШАГ 10

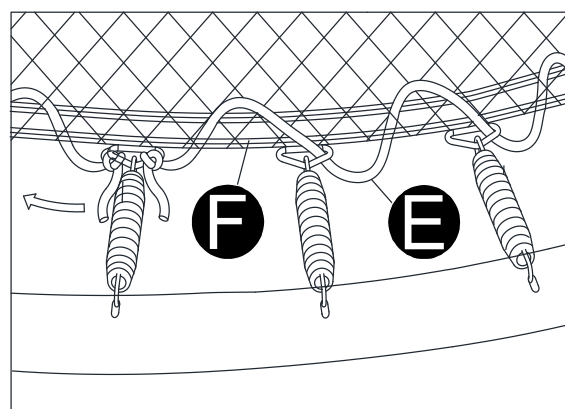
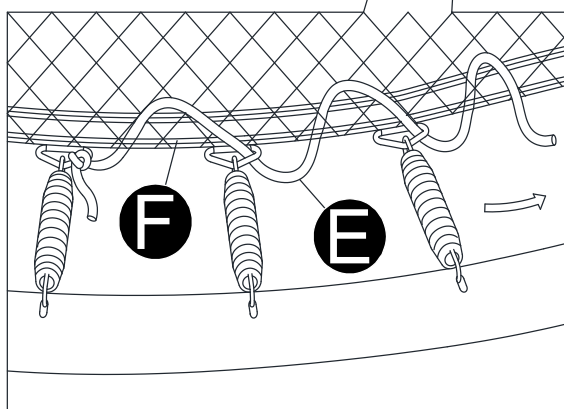
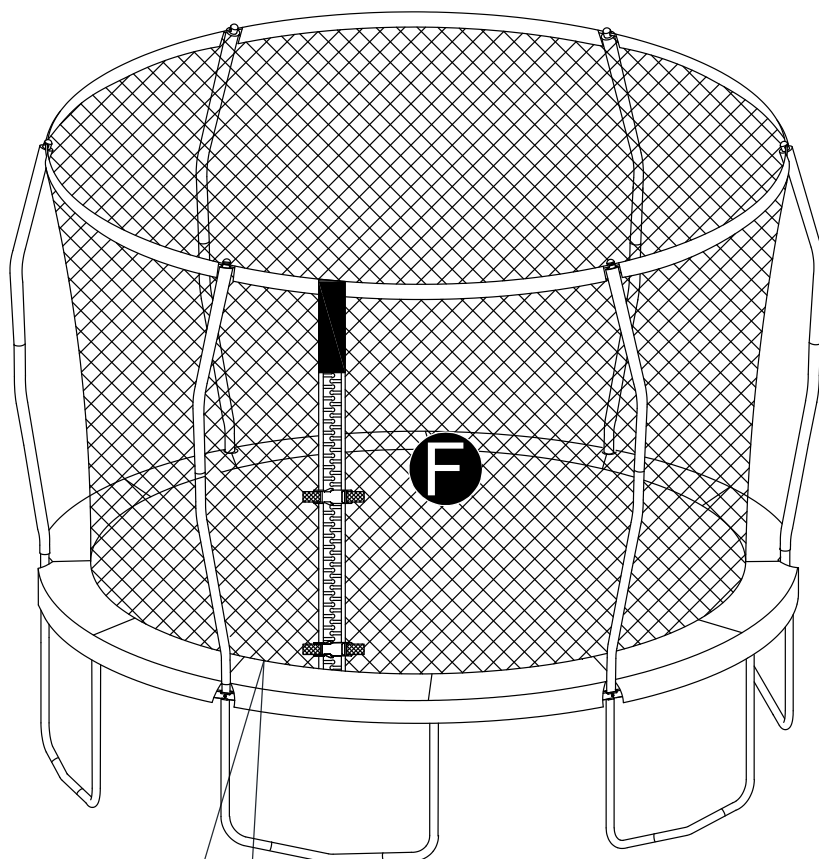


ШАГ 11

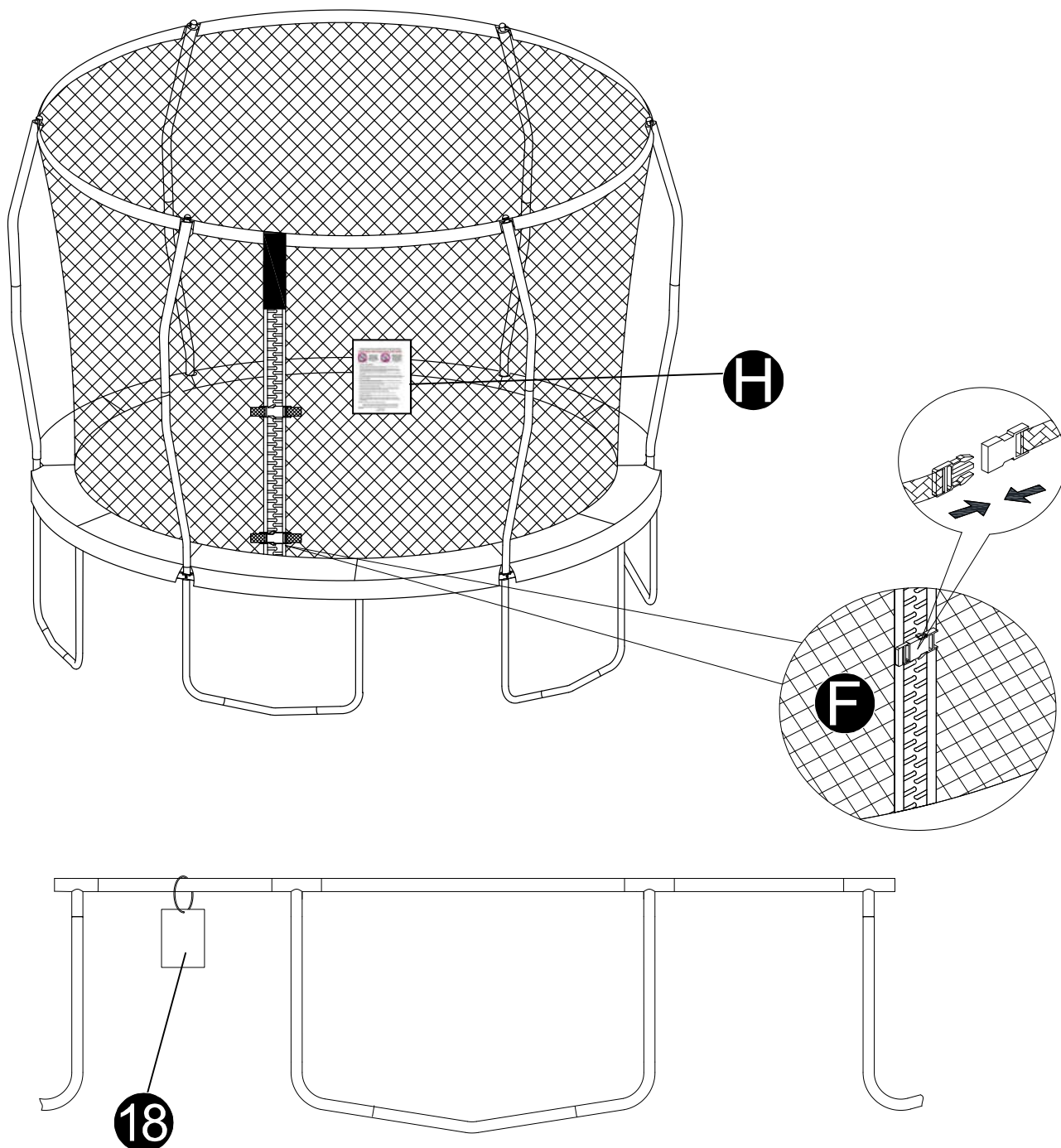




ШАГ 12



## ШАГ 13



### Как разобрать батут:

Выполните шаги по сборке в обратном порядке.

# ВНИМАНИЕ

## **УХОД И ОБСЛУЖИВАНИЕ**

Изделие спроектировано и изготовлено с использованием качественных материалов и профессионального ручного труда. Надлежащий уход и своевременное обслуживание подарят пользователям изделия годы тренировок, веселья и удовольствия, а также снизят риск получения травмы. Следуйте указанным ниже инструкциям:

Батут рассчитан на определенный вес пользователя и надлежащие способы использования. Следите за тем, чтобы на батуте всегда находился одновременно только один человек. Прыгать на батуте разрешается в носках, чешках либо босиком. Обратите внимание, что нельзя использовать батут в уличной обуви или кроссовках. Во избежание разрывов и повреждения мата не пускайте на мат животных. Также перед использованием батута вытащите из карманов любые твёрдые и острые предметы. Проследите, чтобы на батуте не было ничего постороннего.

Не забывайте осматривать батут перед каждым использованием на предмет наличия изношенных, неправильно установленных или отсутствующих деталей. Невыполнение данной рекомендации существенно повышает риск травмирования. При осмотре батута обратите внимание на следующие неполадки:

- Проколы, дыры или разрывы на поверхности батута
- Провисание батута
- Распустившиеся швы
- Погнутые или сломанные элементы каркаса рамы, в том числе опорные ножки
- Дефектные или отсутствующие пружины
- Поврежденный или ненадежно закреплённый защитный кожух
- Любые выступы (особенно острые) на каркасе, пружинах или поверхности батута

**ПРИ ОБНАРУЖЕНИИ ОДНОГО ИЗ ВЫШЕПЕРЕЧИСЛЕННЫХ ДЕФЕКТОВ ИЛИ ЛЮБОГО ДРУГОГО ФАКТОРА, КОТОРЫЙ, ПО ВАШЕМУ МНЕНИЮ, МОЖЕТ ПРИЧИНИТЬ ВРЕД, ПРИОСТАНОВИТЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ БАТУТА – РАЗБЕРИТЕ ЕГО ИЛИ УБЕРИТЕ В НЕДОСТУПНОЕ МЕСТО ДО ТЕХ ПОР, ПОКА НЕИСПРАВНОСТЬ НЕ БУДЕТ УСТРАНЕНА.**

## **ПОГОДНЫЕ УСЛОВИЯ**

Сильный ветер может сдуть батут с места. Если вы знаете, что ожидается усиление ветра, переместите изделие в защищенную от ветра зону или уберите его на хранение. Другой вариант - закрепить основание батута с помощью веревок и колышек. Для обеспечения безопасности следует использовать не менее 4-х креплений. Запрещается пытаться фиксировать батут, закрепляя его ножки, - они могут легко отсоединиться от остальной конструкции.

## **ИНСТРУКЦИИ ПО ИСПОЛЬЗОВАНИЮ**

Перед тем, как приступить к сборке и эксплуатации изделия, внимательно прочтите настоящее руководство. Обратите внимание, как и в любом виде спорта, во время использования батута всегда существует риск получить травму.

### **Пожалуйста, соблюдайте правила безопасности и следуйте указанным советам:**

- \* Батуты высотой более 51 см не рекомендованы к использованию детьми младше 6 лет.
- \* Не пытайтесь сделать сальто и не позволяйте это другим: приземление на голову или шею может привести к серьезным травмам, параличу или смерти, даже при падении на середину батута.
- \* Осматривайте батут перед каждым его использованием. Не допускайте смещения защитных кожухов конструкции. При обнаружении дефекта или отсутствии какого-то элемента, незамедлительно предпримите меры по замене детали.
- \* Подъем на изделие и спуск с него необходимо выполнять осторожно: не запрыгивайте на батут и не спрыгивайте с него. Не используйте батут в качестве trampolina.
- \* Ослабить интенсивность прыжков можно, слегка согнув ноги в коленях при приземлении. Освойте данную технику, прежде чем приступить к изучению других.
- \* Внимательно изучите базовые типы прыжков и положения тела на батуте, прежде чем приступить к более сложным техникам. Усложнить тренировку можно, комплектуя базовые прыжки друг с другом; при этом вы можете выполнять все прыжки подряд или делать между ними отскоки.
- \* Не прыгайте слишком высоко. Сохраняйте контроль над своими движениями - это гораздо важнее, чем высота ваших прыжков.
- \* Во время прыжков на батуте держите голову прямо. Важно не опускать голову! Не смотрите себе под ноги, ваш взгляд должен быть направлен вперед и немного вниз - так вы сможете лучше контролировать свои прыжки.
- \* Дети до 6 лет не допускаются к использованию батута без присмотра взрослых. Храните изделие в недоступном для детей месте. Если вы используете лестницу, уберите её, прежде чем оставить батут без присмотра.
- \* Уберите все предметы с батута, которые могут помешать занятиям. Убедитесь, что вокруг изделия достаточно свободного пространства.
- \* Запрещается использование батута в состоянии алкогольного или наркотического опьянения.
- \* Не используйте батут при сильном ветре или дожде.
- \* В руководстве содержится алгоритм сборки, процесс ухода и обслуживания, советы по безопасности, предупреждения и соответствующие приемы выполнения прыжков. В целях безопасности внимательно прочтите все инструкции перед тем, как приступить к использованию батута.
- \* Не запрыгивайте на батут с какой-либо опоры и не спрыгивайте с батута на землю – это увеличит вероятность получения травмы!
- \* Чтобы остановить прыжок, согните ноги в коленях перед тем, как вы приземлитесь на батут. Этот прием следует отрабатывать в процессе изучения базовых прыжков и в дальнейшем использовать его каждый раз, когда вы теряете равновесие или контроль над прыжком.
- \* Начните свои занятия на батуте с простых прыжков. Контролируйте своё тело: вы должны приземляться в ту же точку, где был отскок. Без освоения базовых прыжков приступать к более сложным вариациям нельзя - вы рискуете получить серьезную травму.

- \*Избегайте хаотичных прыжков на батуте, это увеличивает риск получения травмы. Главное правило выполнения прыжков – всегда удерживать контроль за своим телом и осваивать новые виды прыжков постепенно. Никогда не пытайтесь прыгнуть выше, чем прыгает другой пользователь батута! Запрещается использование батута в одиночку.
- \*Не прыгайте слишком долго, так как усталость может увеличить риск получения травмы. Попрыгайте в течение непродолжительного периода времени, а затем уступите батут другому пользователю. Никогда не допускайте одновременное использование батута более чем одним пользователем.
- \*При выполнении прыжков старайтесь всегда находиться посередине батута, не смещайтесь больше чем на 30 см от центра.
- \* Для получения подробной информации о занятиях на батуте, в том числе о технике выполнения прыжков, обратитесь к инструктору.
- \*Сильный ветер может сдуть батут с места. Если вы знаете, что ожидается усиление ветра, переместите изделие в защищенную от ветра зону или уберите его на хранение. Другой вариант - закрепить основание батута с помощью веревок и колышек. Для обеспечения безопасности следует использовать не менее 4-х креплений. Запрещается пытаться фиксировать батут, закрепляя его ножки, - они могут легко отсоединиться от остальной конструкции.

## **РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРЕДУПРЕЖДЕНИЮ ТРАВМ**

**Пользуйтесь батутом только под наблюдением другого человека, независимо от вашего возраста и опыта.**

### **Рекомендации для пользователей**

Главное – всегда сохраняйте контроль над своими движениями. Запрещается выполнять сложные прыжки, если вы ещё не освоили базовые техники. Очень важно быть проинформированными обо всех правилах пользования батутом. Соблюдайте рекомендации, содержащиеся в данном руководстве. Контролируйте своё тело во время прыжков: вы должны приземляться в ту же точку, где был отскок. За более подробной информации по технике безопасности обратитесь к инструктору по прыжкам на батуте.

### **Рекомендации для наблюдателей**

Человек, выступающий в качестве наблюдателя, должен быть ознакомлен о правилах пользования батута. В его зоне ответственности – давать советы пользователям и помогать им в случае необходимости. При отсутствии наблюдателя батут необходимо хранить в недоступном для детей месте в собранном виде либо накрывать очень тяжелой тканью (брезентом) с защитой в виде замков или цепей. Также рекомендуется распечатать выдержки из настоящего руководства и разместить их в поле зрения всех потенциальных пользователей батута.