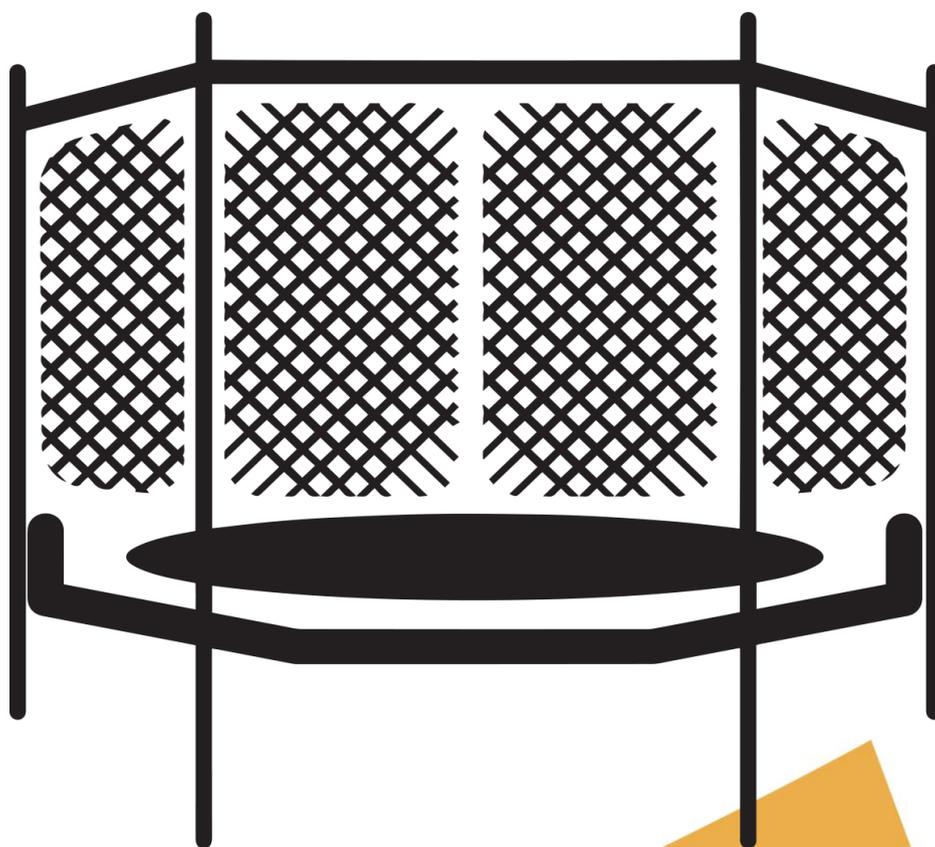


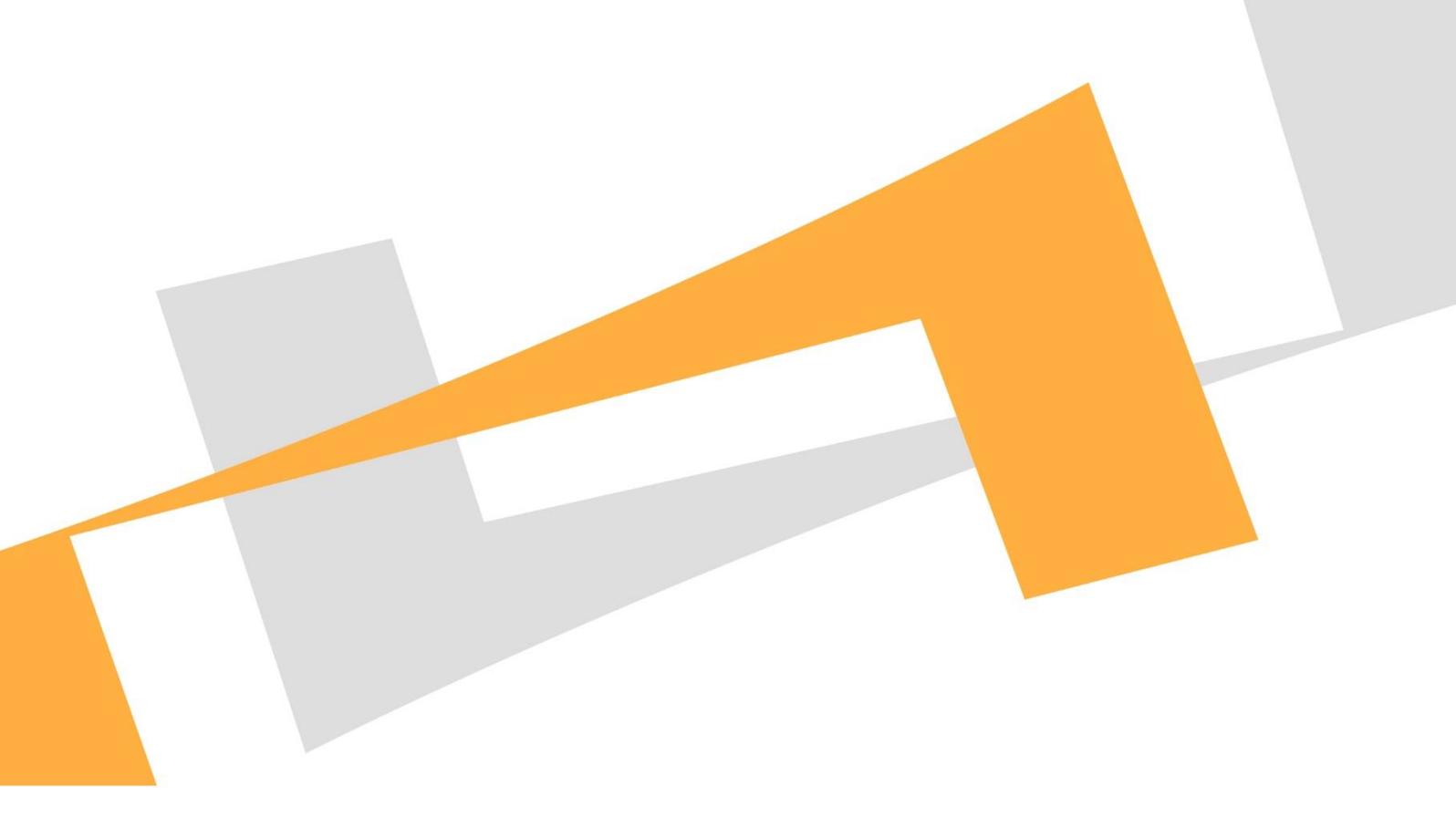
HASTTINGS

DREAM GAME

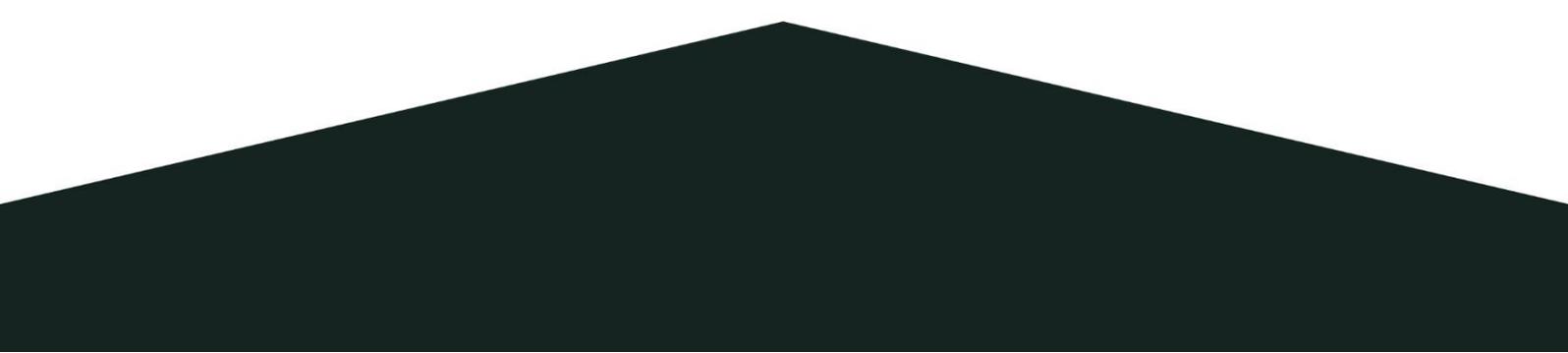


Оглавление

| | |
|--|-----------|
| 1. Инструкция по технике безопасности | 3 |
| 2. Техника прыжков на батуте..... | 7 |
| 2.1. Базовые прыжки. | 8 |
| 1: Базовый отскок | 8 |
| 2: Отскок с колен | 8 |
| 3: Отскок сидя | 8 |
| 2.2. Продвинутое прыжки..... | 8 |
| 1: Базовый отскок | 8 |
| 2: Отскок с рук и колен | 8 |
| 3. Сборка батута | 9 |
| 4. Уход и правила использования..... | 18 |



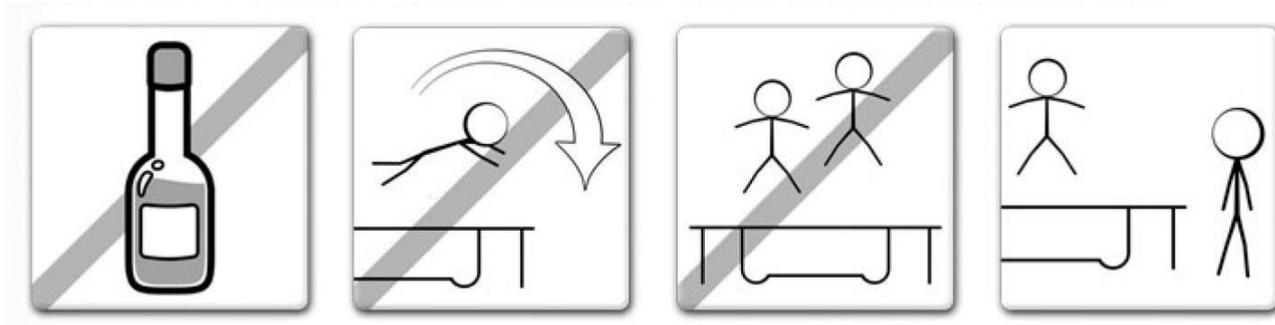
1. Инструкция по технике безопасности



Перед установкой и началом использования батута внимательно прочитайте инструкцию. Как и в любом виде спорта существует риск получения травмы, поэтому обязательно следуйте приведённым ниже советам и правилам по технике безопасности.

- Проконсультируйтесь с врачом, перед началом использования батута.
 - Всегда проверяйте батут перед использованием, особое внимание уделите соединениям и прыжковому полотну. Не используйте батут, если какая — либо деталь отсутствует, изношена или повреждена.
 - Обязательно убедитесь в надёжности конструкции перед использованием.
 - Следите, чтобы на батуте, во время использования, находился только один человек.
 - Обязательно убедитесь, что любой, кто использует батут, находится под присмотром со стороны.
 - Если почувствовали недомогание: Остановитесь и лягте на ровную поверхность. Головокружение является признаком усталости.
 - При использовании батута надевайте одежду, которая не будет стеснять Ваших движений. Предпочтение стоит отдать спортивной одежде и специальным носкам. Никогда не занимайтесь на батуте в обуви, это может его повредить.
 - Правильная сборка, уход и обслуживание, советы по технике безопасности и технике прыжков на батуте, есть в инструкции. Соблюдение правил позволит продлить срок службы батута.
 - Верхняя защитная сетка необходима для предотвращения падения пользователя с батута, не стоит на неё прыгать без необходимости.
 - Батут следует устанавливать на ровную и плоскую поверхность, например — трава, песок или специальные игровые поверхности. Не допускается установка батута на твёрдую поверхность (асфальт, бетон, гравий и т.д.).
- Обеспечьте свободное пространство в радиусе 2 —х метров и 7 метров в высоту от батута. Не допускается размещать или хранить что — либо под батутом.

1.1. Меры предосторожности.



- Не используйте батут, если находитесь в состоянии алкогольного или наркотического опьянения.
- Вам следует аккуратно залезать на батут. Никогда не запрыгивайте на батут или не спрыгивайте с батута. Никогда не используйте батут для того чтобы, перепрыгнуть с него на другой объект.
- Обязательно изучите и освоите каждый вид базовых прыжков на батуте, прежде чем пробовать более продвинутую и сложную технику. Подробнее о прыжках в разделе — «Техника прыжков на батуте»
- Для остановки, согните колени, когда приземлитесь на ноги.
- Всегда держите прыжки под контролем, когда находитесь на батуте. Контролируемые прыжки — это когда вы приземляетесь в то же место, откуда оттолкнулись. Если вы чувствуете, что начинаете терять контроль, немедленно остановитесь.
- Не прыгайте слишком долго и высоко. Смотрите на полотно, чтобы сохранить чувство контроля и равновесия.

Правила для наблюдающего:

Ознакомьтесь с основными прыжками и правилами безопасности для предотвращения и снижения риска травм. Убедитесь, что все новые пользователи ознакомлены с правилами безопасности и основными прыжками.

- Все пользователи должны быть под наблюдением не зависимо от их возраста и мастерства.
- Чтобы предотвратить неконтролируемое и несанкционированное использование батута, убирайте батут на время, пока он не используется.



Подъем и спуск: Будьте осторожны при подъёме и спуске с батута. Залезая на батут, не вставайте на защитный мат или на пружины. Если на батуте играют маленькие дети, им может понадобиться помощь при подъёме и спуске с батута. Нельзя запрыгивать на батут с постороннего объекта — это очень опасно. Не спрыгивайте с батута прямо на землю.



Употребление алкоголя и наркотиков: Не употребляйте алкоголь или какие-либо препараты (в том числе и лекарства которые могут повлиять на координацию) перед использованием батута. Это считается очень опасным, т.к. они могут повлиять на вашу реакцию, ощущения и физическое состояние в целом.



Несколько пользователей: Если на батуте находятся несколько пользователей одновременно, они могут потерять контроль во время прыжка и столкнуться друг с другом.

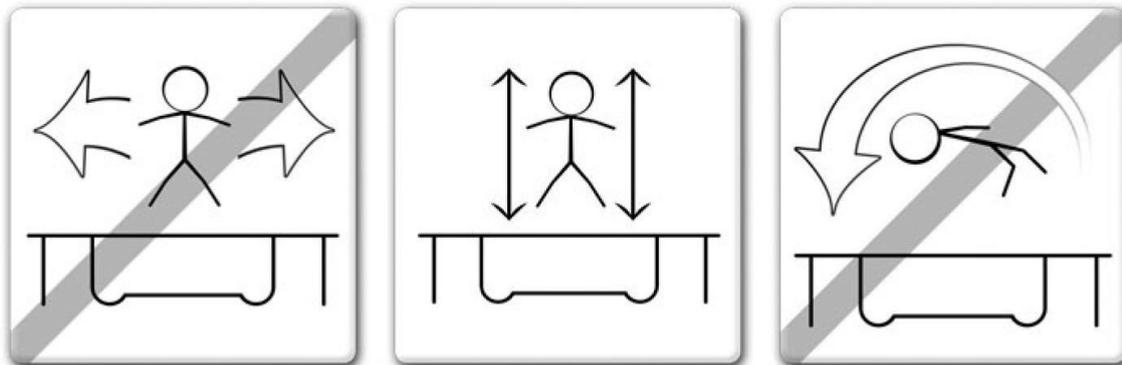


Пружинный каркас: При использовании батута держитесь центра прыжкового мата. Это улучшит впечатление и качество прыжка, а также снизит риск падения на пружины. Следите, чтобы блок пружин был закрыт защитным матом. Не прыгайте и не вставайте на защитный мат, т.к. он не рассчитан на вес человека.



Потеря контроля: Не пробуйте сложные прыжки, пока не освоите базовые. Если Вы не последуете данному совету, есть высокий риск получения тяжёлых травм.

1.2. Советы для снижения риска



Для того чтобы снизить риск несчастного случая пользователю необходимо:

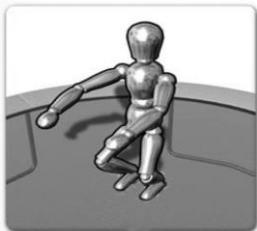
- Всегда следить за прыжками и положением тела при отскоке и приземлении.
- Не пытаться выполнять трюки, которые находятся за пределами физических возможностей.
- Проконсультируйтесь с тренером или инструктором в батутном центре перед тем, как пробовать новые трюки.

Для того чтобы свести риск получения травм, наблюдающий должен:

- Понять и соблюдать все правила техники безопасности и рекомендации.
- Сообщать пользователю батута и предоставлять ему рекомендации о том, что они делают правильно, а что нет, чтобы обеспечить безопасность. Предупреждать пользователя батута о всех правилах техники безопасности.

1.3. Использование батута

Первоначально, Вы должны привыкнуть к новому батуту и понять, как сильно он пружинит от каждого прыжка. Следует сфокусироваться на положении тела в этот момент и на технике прыжка, освоить тормозящий манёвр, пока каждое движение не будет даваться Вам с лёгкостью.



Тормозящий манёвр позволит быстро вернуть контроль над прыжком и балансом. При приземлении на полотно резко согните колени и вытяните руки вперёд как показано на рисунке слева, это позволит вам погасить инерцию прыжка и остановиться.



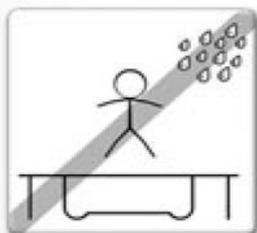
Сальто: Не выполняйте сальто любого типа (вперёд или назад) на этом батуте. Если Вы допустите ошибку при его выполнении, Вы можете приземлиться на голову или шею и получить серьёзную травму позвоночника, вплоть до паралича или смерти.



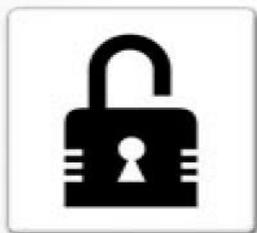
Посторонние объекты: не используйте батут, если под батутом есть домашние животные, другие люди или любой посторонний предмет. Не держите в руке и не кладите на батут никакие предметы во время использования.



Плохое техническое обслуживание батута: Батут в плохом состоянии может привести к травме. Осматривайте батут, перед каждым применением на наличие искривления труб, разрыва прыжкового полотна и защитной сетки.



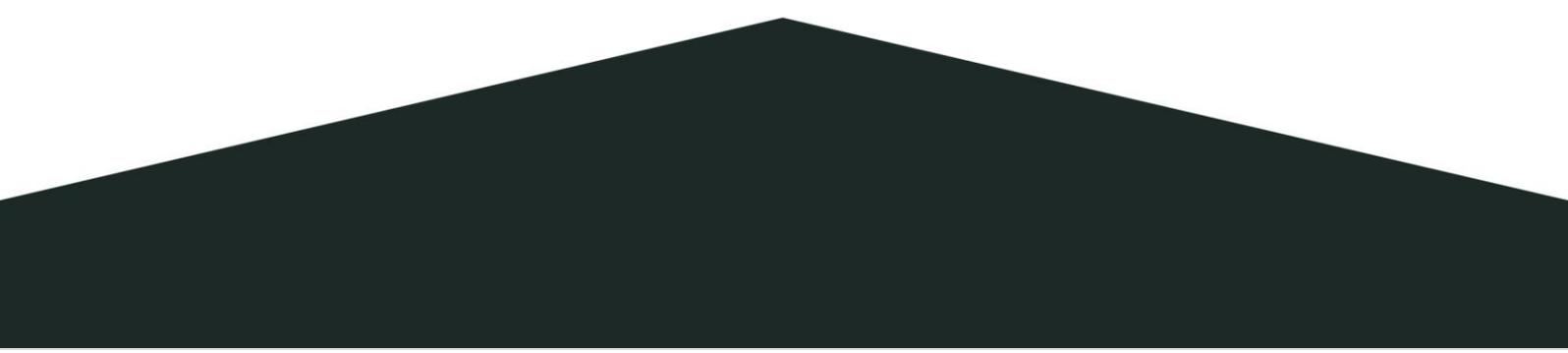
Погодные условия: Пожалуйста, следите за прогнозами погоды при использовании батута. На мокром прыжковом полотне, пользователь может поскользнуться и получить травму. Так же не используйте батут в ветреную погоду.



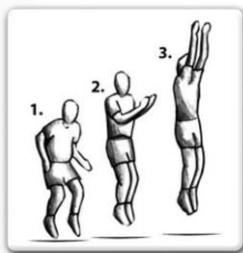
Ограничение доступа: Когда батут не будет использоваться, храните лестницу в безопасном месте, чтобы не допустить доступа детей к батуту без присмотра.



2. Техника прыжков на батуте



2.1. Базовые прыжки.



1: Базовый отскок

- Встаньте в исходное положение — стоя, ноги на ширине плеч, голова расположена прямо, глаза направлены на полотно.
- Махните руками вперёд и вверх круговым движением.
- В воздухе сведите ноги и направьте носки ступней вниз.



2: Отскок с колен

- Начните с базового отскока, но не прыгайте очень высоко.
- Приземлитесь на колени, удерживая спину прямо, а тело вытянутым вверх, используя руки для сохранения равновесия.
- Выполните отскок с колен в начальное положение, взмахнув руками вверх.



3: Отскок сидя

- Начните с базового отскока, но не прыгайте очень высоко.
- Приземлитесь в положении сидя.
- Положите руки на мат у бёдер, не блокируя свои локти.
- Вернитесь в положение, стоя оттолкнувшись руками.

2.2. Продвинутые прыжки



1: Базовый отскок

- Начните с базового отскока, но не прыгайте очень высоко.
- Приземлитесь на руки и колени одновременно, спина параллельна полотну, а руки и ноги стоят на ширине плеч.
- В момент импульса оттолкнитесь, чтобы занять положение стоя.



2: Отскок с рук и колен

- Начните с базового отскока, но не прыгайте очень высоко.
- Приземлитесь на руки и колени одновременно, спина параллельна полотну, а руки и ноги стоят на ширине плеч.
- В момент импульса оттолкнитесь, чтобы занять положение лёжа. Удерживайте голову прямо, а руки перед лицом на полотне батута коснитесь полотна всем телом.
- Оттолкнитесь руками, чтобы занять исходное положение.



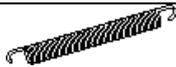
3. Сборка батума

Сборку должны проводить только взрослые.

Перед началом тщательно изучите инструкцию и проверьте комплект поставки. В таблице ниже указаны детали и их количество. Если какой-то детали не хватает, обратитесь к производителю, контакты указаны внизу страницы.

Пожалуйста, используйте перчатки, чтобы защитить руки от заземления при сборке катушки.

Список деталей для основания катушки

| № | Описание | Рисунок | 305 | 396 | 488 |
|---|----------------------------------|--|-----|-----|-----|
| 1 | Труба основная |  | 8 | 8 | 12 |
| 2 | Труба соединительная |  | 8 | 8 | 12 |
| 3 | Труба опорная U – образной формы |  | 4 | 4 | 6 |
| 4 | Пружины |  | 64 | 80 | 108 |
| 5 | Полотно прыжковое |  | 1 | 1 | 1 |
| 6 | Руководство для пользователя |  | 1 | 1 | 1 |
| 7 | Ключ для установки пружины |  | 1 | 1 | 1 |
| 8 | Мат защитный |  | 1 | 1 | 1 |
| 9 | Ключ для крепления болтов |  | 1 | 1 | 1 |

Список деталей для защитной сетки и стоек

| № | Описание | Рисунок | 305 | 396 | 488 |
|---|---|--|-----|-----|-----|
| 1 | Нижняя часть стойки крепления защитной сетки |  | 8 | 8 | 12 |
| 2 | Верхняя часть стойки крепления защитной сетки |  | 8 | 8 | 12 |
| 3 | Колпачок крепления защитной сетки |  | 6 | 8 | 8 |
| 4 | Саморез |  | 6 | 8 | 8 |
| 5 | Чехол для стойки защитной сетки |  | 6 | 8 | 8 |
| 6 | Защитная сетка |  | 1 | 1 | 1 |
| 7 | Элемент обруча верхней защитной сетки |  | 6 | 8 | 8 |
| 8 | Гайки и болты |  | 16 | 16 | 24 |
| 9 | Проставка пластиковая |  | 16 | 16 | 24 |

Все трубы основного каркаса, являются универсальными деталями и могут скрепляться друг с другом только 1 способом. Чтобы соединить все части между собой, тонкую часть соедините с большим отверстием.

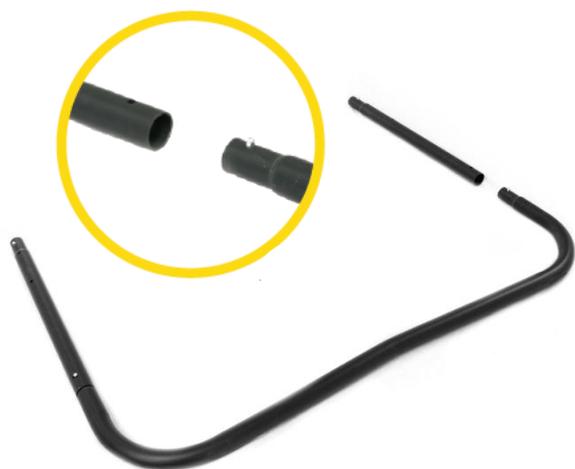


1



Шаг 1 – Сборка нижней части опор

1. Расположите детали по парам как показано на рисунке
2. Установите две трубы основания и соедините трубы в паз, как показано на фото.
3. Далее, подготовьте ножки батута, соединив опорные трубы U – образной формы с соединительной, как показано на фото.
4. Повторите действия для оставшихся деталей.



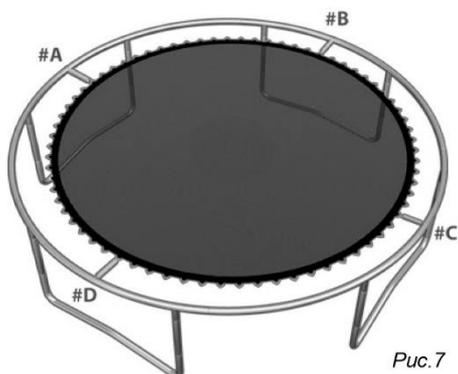
Шаг 2 — Установка верхней рамы

1. Возьмите заготовку из 2-х труб основания батута
2. Установите ножки в основание, как показано на фото. Важно! Вставлять ножки в основание одновременно
3. Соедините остальные части основания батута.



После выполнения 2 —го шага, вы вместе с помощником сможете собрать их вместе, как показано на рисунке ниже.





Шаг 3 — Установка первых пружин полотна

На данном этапе нужно установить только 4 пружины! Вход на батут, будет располагаться между двумя ножками основания батута — это поможет определиться с расположением «рисунка» в центре. **Остальные пружины пока не понадобятся**, т.к. перед полным натягиванием полотна нужно зафиксировать верхнюю сетку к прыжковому полотну.

Предупреждение: Закрепив первую пружину в раме, проследите, чтобы она не поранила вам руку.

Шаг 4 – Крепление верха защитной сетки

Выбрав место, где будет располагаться вход на батут, начните продевать кольца пружин в отверстия сетки, как показано на рисунке ниже.



Шаг 5 – Установка пружин

После того как продели все кольца в сетку, приступаем к установке оставшихся пружин. Следуем примеру с фотографии ниже, как показано на рисунке, чтобы избежать защемления.



1. Зацепите пружину (более загнутым концом) за треугольное кольцо, закреплённое на полотне. Используя инструмент для пружин, захватите противоположный конец пружины.
2. Потяните инструмент на себя до тех пор, пока пружина не растянется и её крюк не попадёт в отверстие. Затем можете освободить инструмент.

Важно: Следите за тем, чтобы во время установки пружин ни одна часть тела не попала в место соединения пружины, т.к. может произойти защемление.

Шаг 6 — Установка защитного мата и нижней сетки

После полного натяжения полотна переходим к установке защитного мата, вам будет удобно расправить его и закрепить к основанию батута.

1. Уложите защитный мат на пружины. Убедитесь, что мат закрывает все металлические части.
2. С изнанки есть эластичные ремешки, с помощью которых сможете закрепить мат к раме.



Шаг 7 — сборка стоек для верхней защитной сетки

1. Возьмите нижнюю деталь верхней стойки
2. Вставьте 2 болта в отверстия в нижней части стойки защитной сетки.
3. Установите проставку между труб, как показано на фото.
4. Закрепите стойку к основной раме гайкой, как показано на фото.



Обратите внимания диаметры вырезов на проставках должны соответствовать диаметрам соединяемых труб. Убедитесь, что все детали соединены и закреплены.

Шаг 8 — Сборка обруча крепления верхней защитной сетки

1. Соберите элементы обруча верхней защитной сети, вставив их в соединительные трубки, как показано на схеме.



2. Проденьте 2 собранных стержня через петли в верхней части сети.



3. Пусть один человек удерживает два свободных конца стержня, пока другой будет соединять их с другой стороны сетки.

4. Чтобы сделать последнее соединение один человек должен удерживать противоположной край кольца. Надавите на стержни по направлению к центру кольца, пока они не выровняются друг относительно друга, чтобы сделать последнее соединение.



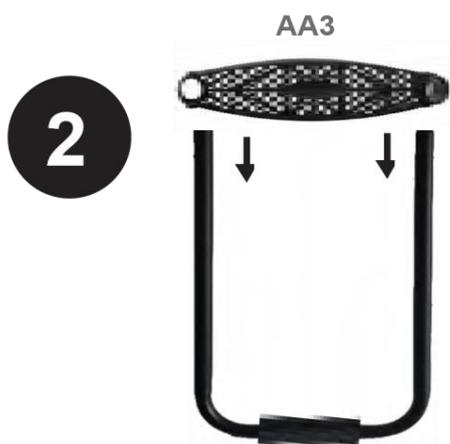
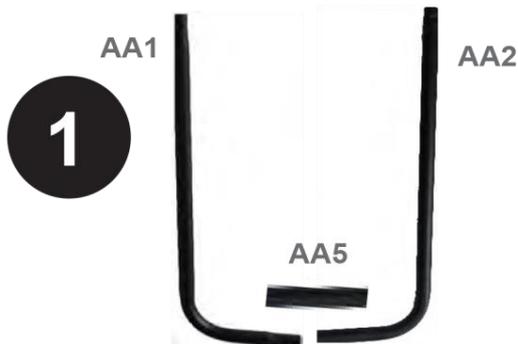
Шаг 9: Установка защитной сети



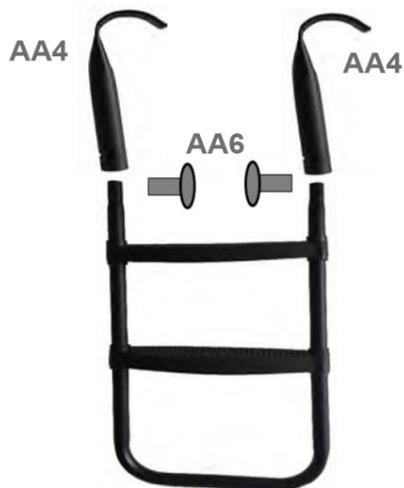
Поднимите кольцо с сетью и закрепите его в колпачке обруча верхней защитной сети.
Зафиксируйте обруч верхней защитной сети

Шаг 10: Установка лестницы

| 8-10ft | 12-14ft |
|-------------|-------------|
| AA1/2/5 x 1 | AA1/2/5 x 1 |
| AA3 x 2 | AA3 x 3 |
| AA4 x 2 | AA4 x 2 |
| AA6 x 2 | AA6 x 2 |
| W x 4 | W x 6 |



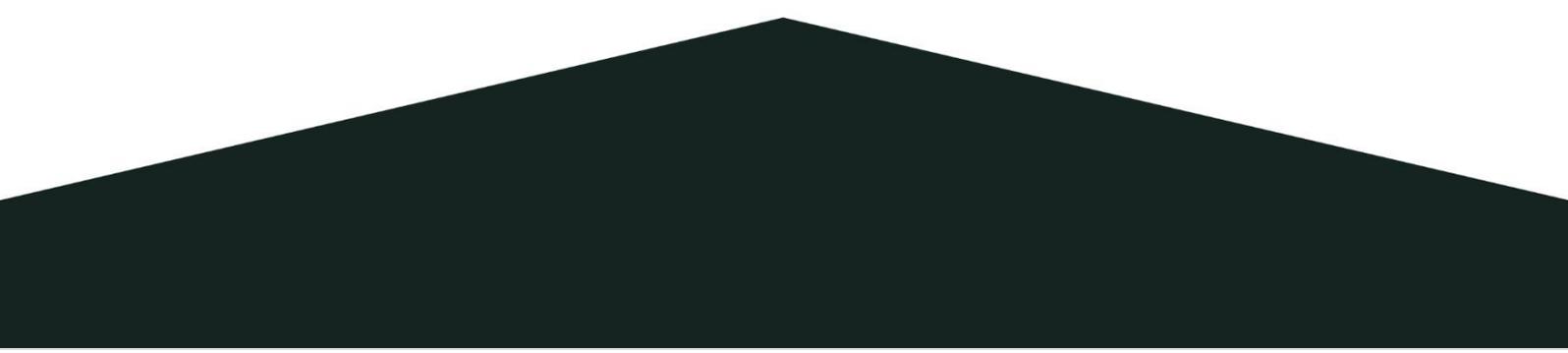
4



1. Возьмите левую и правую трубки (части AA1) и соедините их пеной (AA5).
2. Установите пластиковые ступени между трубками и закрепите их болтами.
3. Повторите шаг 2 для второй стороны.
4. Затяните все болты.



4. **Уход и правила использования**



Информация по сборке. Батут должен быть собран взрослым человеком, в строгом соответствии с инструкцией по сборке. При необходимости, обратитесь за помощью. Это упростит процесс сборки. Батут содержит мелкие детали. Не допускайте попадания этих деталей к детям до трех лет. Перед сборкой убедитесь, что все элементы конструкции находятся в наличии и в исправном состоянии. В случае отсутствия каких — либо деталей не используйте батут до получения отсутствующих элементов.

Место размещения. Батут следует устанавливать на ровную, плоскую, хорошо освещенную поверхность. Не допускается установка батута на твердую поверхность, такую, как асфальт или бетон, или если вокруг батута отсутствует свободное пространство в радиусе 2 метра и 7 метров в высоту. В качестве подходящей поверхности для установки батута могут быть трава, песок или специальные игровые поверхности. Не допускается размещать или хранить под батутом что — либо. Перед установкой батута, пожалуйста, изучите все инструкции.

Информация по безопасности

Батут разработан и изготовлен для семейного домашнего использования детьми от 2 лет и старше. Защитная сетка, это не устройство для отскока. Она служит для контроля входа и выхода с батута и позволяет уверенно заниматься на батуте, сохранять баланс, координацию и ловкость, не боясь выпрыгнуть за пределы батута и получить травму.

Дети всегда должны находиться на батуте только под присмотром взрослых. Батут должен быть оснащен защитной сетью, а дети должны быть проинструктированы, чтобы не допускать неуместное или опасное использование батута. В частности, дети должны получить информацию:

- о предметах, которые дети могут проносить внутрь защитной сети;
- о действиях, допускаемых внутри защитной сети;
- об условиях внутри защитной сети, когда дети используют батут;
- о том как подняться, зайти и выйти с батута;
- дети не должны использовать шлем во время занятий на батуте.

Рама батута выполнена из стали и является проводником электричества. Чтобы избежать, риска поражения электрическим током, не допускается установка электрооборудования (освещение, обогреватели, удлинители и т.п.) на батут.

Уход за батутом

Жизненно важно, чтобы весь спортивный инвентарь регулярно проверялся взрослыми людьми. Собранный батут должен проверяться минимум один раз в месяц и особое внимание следует уделять проверке узлов соединений. Если какие-либо элементы содержат признаки износа, они подлежат замене. Если не заменить изношенные детали, это может стать причиной неисправности батута и привести к травмам.

Оцинкованные трубки могут потребовать особого обслуживания. Если на поверхности появилась ржавчина, она должна быть удалена проволочной щеткой или грубой наждачной бумагой, а площадь повреждения обработана нетоксичной краской.

- Не рекомендуется использовать батут на улице при минусовой температуре, т.к. материалы теряют свою эластичность на холоде. Избегайте резких перепадов температуры.
- Убедитесь, что вблизи места установки батута отсутствуют костры, которые могут угрожать сохранности батута и защитной сети. В ветреную погоду искры и угли могут перемещаться на значительные расстояния и могут нанести вред защитной сетке и полотну батута.
- Любой большой батут, с защитной сетью или без, может перевернуться при сильном ветре и нанести травмы или повредиться сам. При сильном ветре мы рекомендуем снимать защитную сеть, и хранить её в сухом месте.

Вы закончили собирать батут.

Наслаждайтесь!