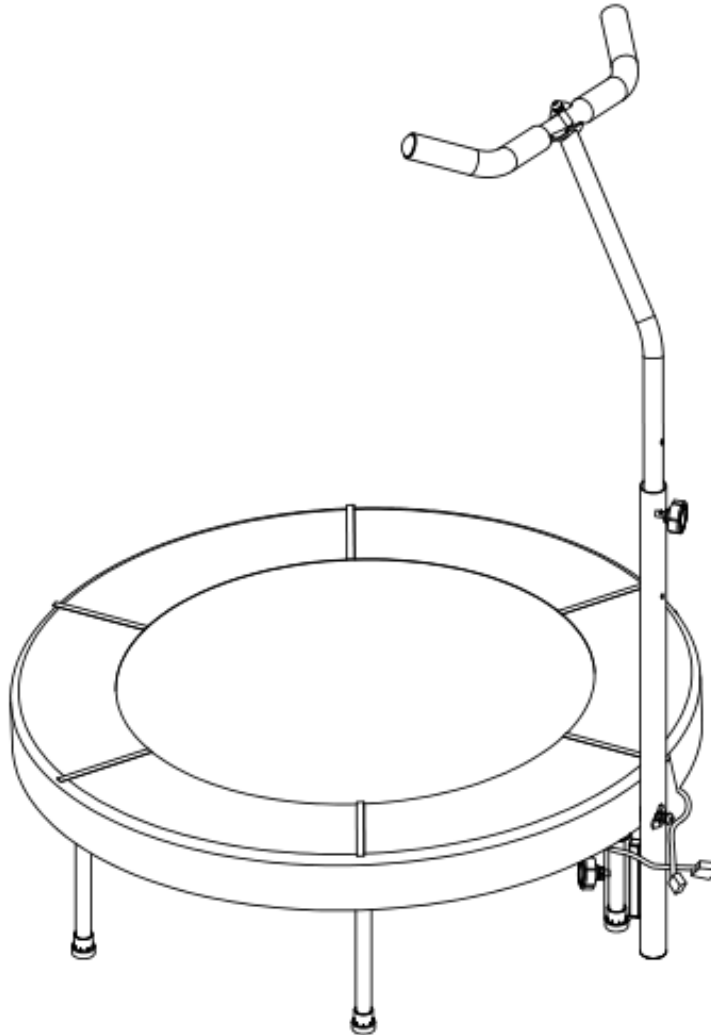


# JUMP SILHOUETTE 2 PLUS

INNO 005

## Mode d'emploi



La pratique du trampoline permet de développer les muscles des membres inférieurs, l'endurance, le sens de l'équilibre et la coordination.

Ce trampoline ne convient qu'aux adultes.

### Avertissements !

- **Ne convient pas aux enfants.**  
Risque d'étouffement avec les petites pièces et risque de chute.
- Produit exclusivement destiné à un usage familial, domestique et **en intérieur**.
- Deux personnes sont nécessaires pour ouvrir ou replier ce trampoline.
- **POIDS MAXIMUM : 80 KG.**

# CONSIGNES GÉNÉRALES DE SÉCURITÉ

## IMPORTANT – À LIRE ATTENTIVEMENT !

Veillez lire ces instructions avant utilisation et les conserver afin de pouvoir vous y référer ultérieurement. Si vous donnez ou prêtez cet appareil à une autre personne, n'oubliez pas d'y joindre ce mode d'emploi.

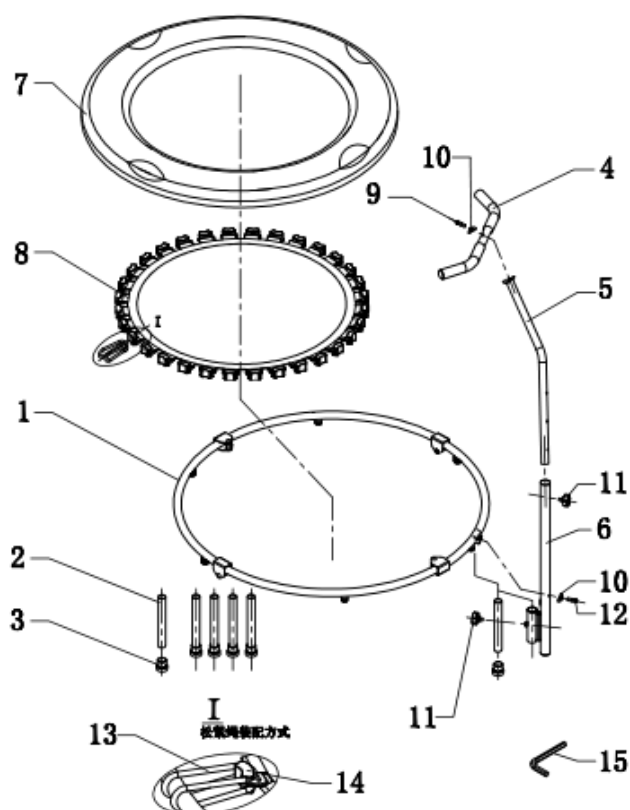
1. Assurez-vous que le trampoline a été monté correctement, conformément aux instructions du présent manuel.
2. Ce trampoline doit impérativement être installé sur un sol plat et horizontal. Si le sol est irrégulier, les mouvements du cadre risquent d'entraîner des tensions sur les zones de jonction. Protégez les sols fragiles (stratifié, parquet, etc.) en les recouvrant le cas échéant d'un tapis de sol antidérapant (non inclus).
3. **NE** dépassez **PAS** le **POIDS MAXIMUM** de **80 kg**.
4. **NE** laissez **PAS** monter plus d'une personne à la fois sur le trampoline.
5. **NE** portez **PAS** de lunettes sur le trampoline.
6. **NE** retombez **PAS** sur vos genoux, car cela entraîne des risques de blessure.
7. **N'utilisez PAS** le trampoline à l'extérieur.
8. **NE** faites **PAS** de sauts périlleux – vous risqueriez de vous blesser gravement.
9. **NE** laissez **PERSONNE** aller sous le trampoline, ni s'asseoir, se mettre debout ou s'allonger sur le cadre lorsque quelqu'un utilise le trampoline.
10. **N'utilisez PAS** le trampoline après avoir consommé de l'alcool, des drogues ou des médicaments susceptibles d'altérer votre jugement.
11. Portez **TOUJOURS** des chaussettes et des vêtements confortables lorsque vous utilisez le trampoline.
12. Retirez **TOUJOURS** vos bijoux lorsque vous utilisez le trampoline.
13. Sautez **TOUJOURS** au milieu du trampoline.
14. Respectez **TOUJOURS** les consignes de sécurité indiquées sur le mode d'emploi et utilisez la protection fournie (7).
15. **NE** portez **JAMAIS** de chaussures lorsque vous utilisez le trampoline.
16. **Ce trampoline n'est pas destiné aux enfants de moins de 16 ans.**
17. Cet appareil d'entraînement ne peut en aucun cas être considéré comme un jouet !
18. Cet appareil n'est pas conçu pour une utilisation par des personnes ne disposant pas de leur intégrité sensorielle ou mentale ou manquant d'expérience et/ou de connaissances. De telles personnes ne peuvent utiliser cet appareil que sous la surveillance d'un adulte chargé de leur sécurité et qui leur expliquera le cas échéant comment s'en servir.
19. Les femmes enceintes ne doivent pas utiliser cet appareil, ou du moins pas sans avoir demandé l'accord de leur médecin.
20. Arrêtez immédiatement l'entraînement en cas de vertige ou si vous vous sentez affaibli. En cas de nausées, de douleurs dans la poitrine ou dans les membres, de palpitations, ou de tout autre symptôme, consultez immédiatement un médecin.

21. Avant toute utilisation, inspectez le trampoline et faites remplacer les pièces usées, détériorées ou manquantes. Le niveau de sécurité de l'appareil ne peut être maintenu que si l'on s'assure régulièrement qu'il ne présente pas de dommages. Pour votre propre sécurité, contrôlez donc cet appareil avant chaque mise en service et assurez-vous qu'il ne présente aucun endommagement (fissures, trous, vis desserrées, etc.). Les pièces défectueuses doivent être remplacées sans délai par une personne qualifiée ou le service après-vente. L'appareil ne doit plus être utilisé tant qu'il n'a pas été réparé.
22. Vérifiez que le trampoline est installé sur un sol horizontal, qu'il respecte une distance de sécurité de 2,5 m sur les côtés et au-dessus (faites attention au plafond), et que rien ne se trouve en-dessous.
23. Montez et démontez le trampoline avec précaution pour éviter toute blessure.
24. Veuillez lire attentivement les autres avertissements et les consignes d'utilisation du présent manuel avant d'utiliser ce produit.
25. Pensez à vous échauffer suffisamment, avant toute utilisation de l'appareil, et à étirer vos muscles après l'entraînement.
26. Pour commencer, effectuez les exercices assez lentement, puis augmentez progressivement l'intensité. L'utilisation inadéquate de l'appareil et un entraînement excessif peuvent nuire à la santé.
27. Veuillez conserver ce document pour référence ultérieure.

## CARACTERISTIQUES DU TRAMPOLINE

Dimensions	102 x 102 x 31 cm
Poids	Environ 6.7 kg
Matériaux	Acier – Plastique (ABS, TPE, PP, EVA) – Latex
Poids maximal de l'utilisateur	80 kg
Pays d'origine	Chine

## VUE ECLATEE DE VOTRE JUMP SILHOUETTE 2

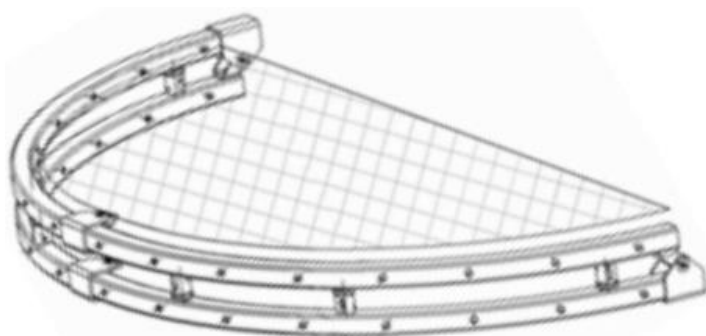


1. Cadre
2. Tube (x6)
3. Pied
4. Guidon
5. Barre supérieure du guidon
6. Barre inférieure du guidon
7. Protection
8. Toile de rebond
9. Boulon M8x40
10. Rondelle en arc (x2)
11. Bouton de verrouillage (x2)
12. Boulon M8x40
13. Corde élastique (x24)
14. Connecteur (x24)
15. Clé Allen

# INSTRUCTIONS D'OUVERTURE DU TRAMPOLINE

IL EN EST DE VOTRE RESPONSABILITÉ SI VOUS DÉTÉRIOREZ LE PRODUIT EN LE REFERMANT OU EN LE REPLIANT SANS RESPECTER LES CONSIGNES ET LES FLÈCHES APPOSÉES SUR LE CADRE. VOTRE RESPONSABILITÉ EST ENGAGÉE EN CAS DE DÉFORMATION DU CADRE EN ACIER SI VOUS N'AVEZ PAS RESPECTÉ LES CONSIGNES DE PLIAGE.

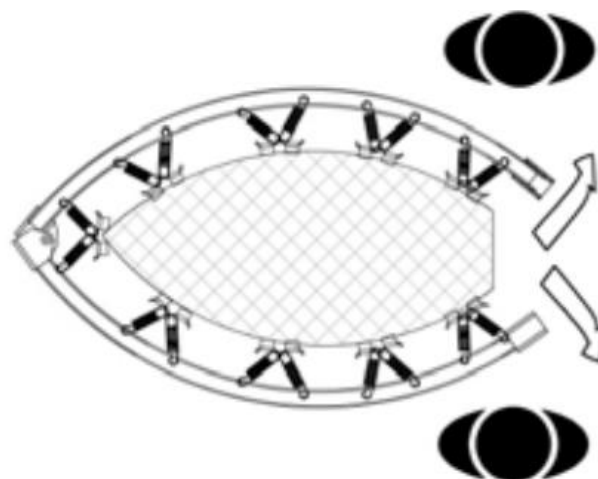
## Étape 1



Posez le trampoline sur le sol, en position fermée (image 1).

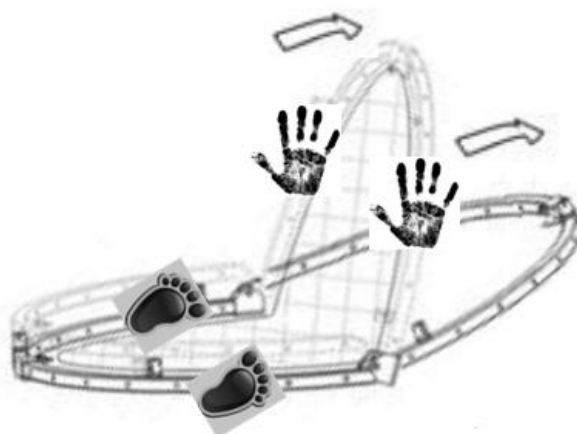
Tirez sur les extrémités dans le sens des flèches de l'illustration, de manière à ouvrir le trampoline en demi-cercle (image 2).

Suivez les instructions indiquées sur les étiquettes situées sur le trampoline :



## Étape 2

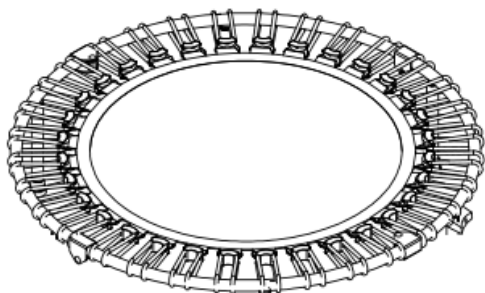
Ouvrez les deux moitiés jusqu'à un certain degré, de manière à ce que les deux personnes puissent poser les pieds sur la moitié du bas, puis poussez fermement la moitié du haut jusqu'à ouvrir complètement le trampoline.



**Remarque : En s'ouvrant brusquement, le cadre risque de vous pincer les doigts.**

- N'agrippez pas le cadre, mais poussez-le fermement.
- Tenez vos mains éloignées des charnières lors de l'ouverture et de la fermeture du trampoline.

### **Étape 3**



À présent, le cadre principal du trampoline est ouvert.

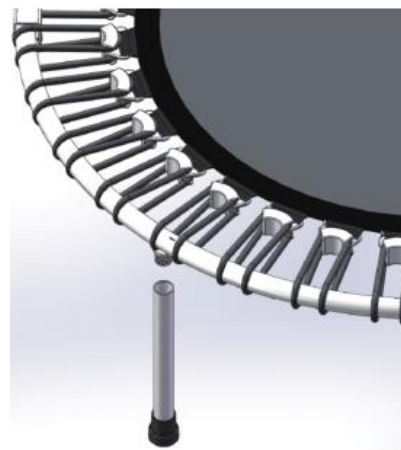
Le positionnement des cordes élastiques est susceptible d'être asymétrique, ajustez-le si nécessaire.

### **Étape 4**

Pour le montage des pieds, aucun outil n'est nécessaire.

Retournez le cadre du trampoline de manière à placer la surface rebondissante contre le sol. Des embouts en plastique recouvrent les tubes destinés au montage des pieds. Retirez ces embouts et jetez-les.

Vissez les pieds sur les tubes et remettez le trampoline à l'endroit.



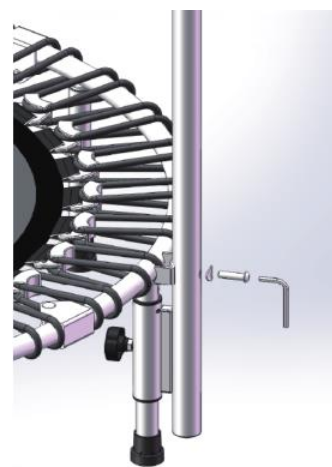
### **Étape 5**



Le montage du guidon se fait sur la barre supérieure du guidon avec le boulon M8x40 et une rondelle en arc. Servez-vous d'une clé Allen pour bien fixer les éléments.

### **Étape 6**

Le montage de la barre inférieure du guidon se fait avec le boulon M8x40 et une rondelle en arc. Servez-vous d'une clé Allen pour bien fixer les éléments.



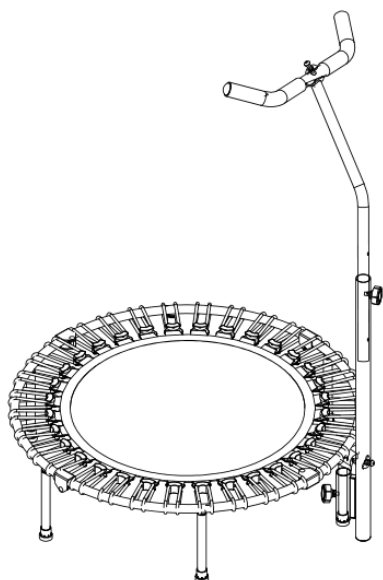
## Étape 7

Insérez la barre supérieure dans la barre inférieure et fixez-la à la hauteur souhaitée à l'aide du bouton de verrouillage.



Le montage du guidon est maintenant terminé, votre trampoline ressemble à l'illustration ci-contre.

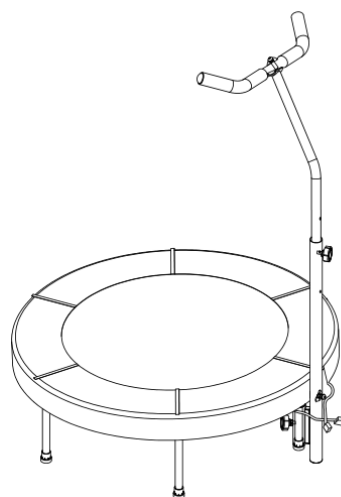
## Étape 8



Montage de la protection :

Fixez les 6 bandes élastiques accrochées à la protection sur un des connecteurs du trampoline, puis fixez une bande élastique autour de la barre inférieure du guidon.

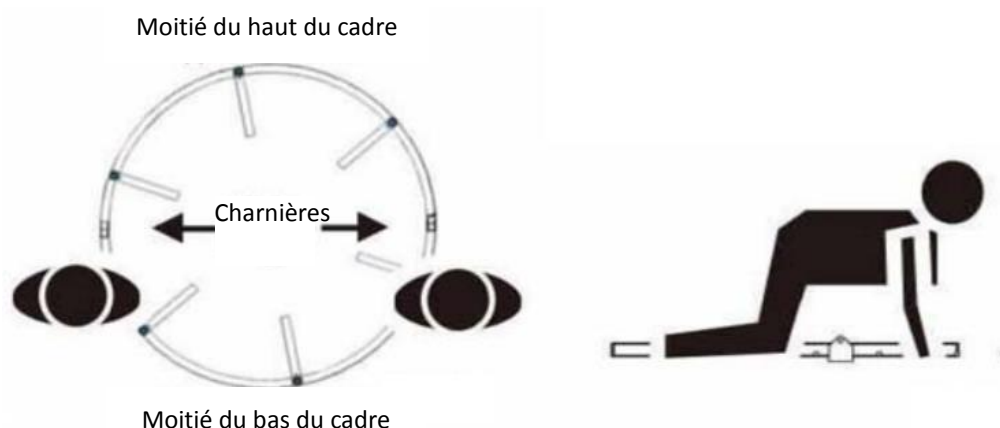
Votre Jump Silhouette 2 est enfin prêt !



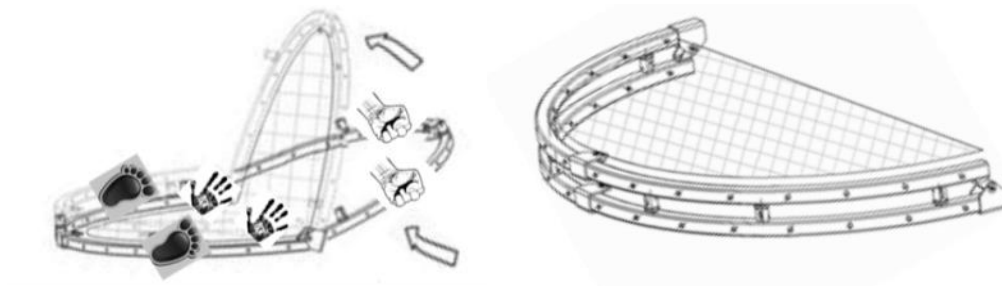
# INSTRUCTIONS DE FERMETURE DU TRAMPOLINE

IL EN EST DE VOTRE RESPONSABILITÉ SI VOUS DÉTÉRIOREZ LE PRODUIT EN LE REFERMANT OU EN LE REPLIANT SANS RESPECTER LES CONSIGNES ET LES FLÈCHES APPOSÉES SUR LE CADRE. VOTRE RESPONSABILITÉ EST ENGAGÉE EN CAS DE DÉFORMATION DU CADRE EN ACIER SI VOUS N'AVEZ PAS RESPECTÉ LES CONSIGNES DE PLIAGE.

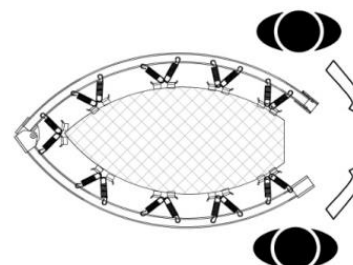
1. Démontez le guidon à l'aide d'une clé Allen fournie
2. Retirez la protection
3. Démontez les pieds
4. Retournez le cadre du trampoline et posez-le à plat par terre.
5. Les deux personnes doivent s'agenouiller et poser un genou sur une moitié du cadre, près des charnières (voir images ci-dessous).



6. Appuyez sur le cordage (de la moitié du bas) d'une main et agrippez fermement l'autre moitié du cadre de l'autre main. Tirez délicatement, repliez le trampoline vers l'intérieur en suivant la direction des flèches et reposez doucement le haut du cadre. Une fois replié, le trampoline a une forme de demi-cercle. (voir images ci-dessous).



7. Poussez simplement les deux extrémités du demi-cercle et repliez le trampoline vers l'intérieur dans le sens des flèches pour qu'il prenne moins de place (une fois replié, le trampoline a une forme de ballon de rugby).



Remarque : Faites attention à vos mains et à vos pieds. Il faut toujours être deux pour replier le trampoline.

Vous pouvez à présent le ranger dans un endroit sécurisé, propre et sec, hors de portée des enfants et des animaux.

## NETTOYAGE ET RANGEMENT

Pour le nettoyage, n'utilisez pas de produits corrosifs ou abrasifs. Ces produits risqueraient d'endommager la surface.

Nettoyez l'appareil uniquement avec un chiffon humide et un peu de produit vaisselle doux.

Rangez l'appareil dans un endroit sécurisé propre et sec, hors de portée des enfants et des animaux domestiques.

## GARANTIE COMMERCIALE

Ce produit est garanti, dans des conditions normales d'utilisation, pendant 1 an pour la structure et pour les autres pièces à compter de la date d'achat, la date sur la facture faisant foi.

Cette garantie se limite au remplacement ou à la réparation du produit.

Cette garantie ne s'applique pas en cas de :

- Dommages causés lors du transport
- Mauvais montage
- Mauvaise utilisation ou utilisation anormale
- Mauvais entretien
- Réparations effectuées par des techniciens non-agrèés
- Utilisation hors du cadre privé

Cette garantie commerciale n'exclut pas la garantie légale applicable dans le pays d'achat.

Pour bénéficier de la garantie sur votre produit, contactez le service consommateurs.

## IMPORTE PAR INNOMEGA SARL

46, RUE ROUELLE  
75015 PARIS

