

# FOLDABLE FITNESS TRAMPOLINE WITH HANDLEBAR

DE.....	01
EN.....	06
FR.....	11
IT.....	15
ES.....	19



# KLAPPBARES FITNESS-TRAMPOLIN MIT HALTEGRIFF

## SICHERHEITSHINWEISE

**WARNUNG: Vor der Anwendung bitte die Gebrauchsanweisung ausführlich durchlesen!**

**Missbrauch des Geräts und Unachtsamkeit beim Training können zu Störungen, Schäden oder lebensbedrohlichen Verletzungen führen.**

- Dieses Produkt unterstützt den Muskelaufbau und verbessert die Herz- und Lungenfunktion. Es kann jedoch kein medizinisches Mittel oder Rehabilitationsgerät ersetzen.
- Dieses Gerät ist kein Spielzeug und nur für die Nutzung von Erwachsenen geeignet. Minderjährigen, älteren Menschen und Patienten mit schweren Erkrankungen ist die Verwendung dieses Produktes untersagt. Bitte Kinder und Haustiere vom Gerät fernhalten.
- Das Trampolin darf nur EINZELN benutzt werden. KEINE Überschreitung der maximalen Belastung von 150kg.
- NICHT direkt nach dem Essen trainieren. Bei Unannehmlichkeiten die Benutzung SOFORT beenden. Wende dich an deinen Arzt, bei anhaltenden körperlichen Beschwerden.
- NICHT vom Trampolin auf den Boden oder von anderen Objekten auf das Trampolin springen.
- Während des Gebrauchs IMMER geeignete Sportbekleidung tragen.
- WARNUNG: Inkorrekte Ausführungen von Sportübungen können schwere oder lebensbedrohliche Verletzungen verursachen. Verletzungsrisiken können durch bewusste und sichere Ausführung der Technik reduziert werden. Trainiere nicht ohne entsprechende Anweisungen oder Aufsicht und halte ggf. Rücksprache mit deinem Arzt.
- Überprüfe vor der Nutzung immer, ob es beschädigte Teile gibt. Keine Verwendung bei defekter Ware. Zu möglichen Risiken und Nebenwirkungen wende dich bitte an deinen Arzt.

## PFLEGEHINWEISE

**Bei Bedarf mit einem feuchten Tuch reinigen.**

Lieber DH FitLife Kunde,

vielen Dank für Ihren Kauf! Wir hoffen, dass Sie mit unserem Produkt zufrieden sind.

Kundenzufriedenheit ist uns sehr wichtig und wir würden uns über Ihren Eindruck und Ihr Feedback freuen. Bitte hinterlassen Sie uns eine Bewertung für dieses Produkt, um anderen Kunden bei ihrer Wahl zu helfen.

Für weitere Fragen und Wünsche stehen wir Ihnen jederzeit gerne zur Verfügung. Sie können uns jederzeit per E-Mail kontaktieren: [service@DH-FitLife.com](mailto:service@DH-FitLife.com)

Sie können uns auch gerne auf unseren Social Media Accounts folgen, um die neuesten Produktinformationen und Angebote zu erhalten.  
Instagram: [@dhfitlife](https://www.instagram.com/dhfitlife)

Herzlichen Dank!  
Sportliche Grüße  
Ihr DH FitLife Team

## BESTANDSTEILELISTE



1. Hauptrahmen



2. Beine \* 8 mit Fußkappen \* 8



3. Stützrohr



4. Haltegriffrohr



5. Haltegriff



6. Sicherheitsriegel \* 2



7. Schrauben  
8\*40mm \* 3



8. Verstellbare  
Schraube



9. Sechskant-  
schlüssel

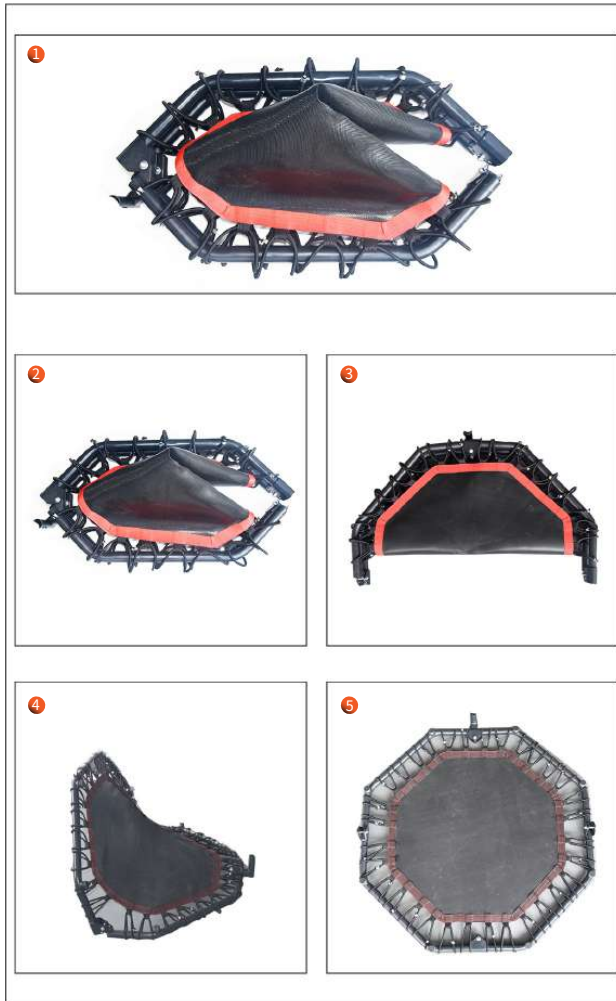


10. Zusätzliche  
Schrauben

## INSTALLATIONSANWEISUNG

Die Montage des Produkts benötigt zwei Personen. Vor der Installation den Karton öffnen und die Vollständigkeit aller Einzelteile mithilfe der Teileliste überprüfen.

### Schritt 1



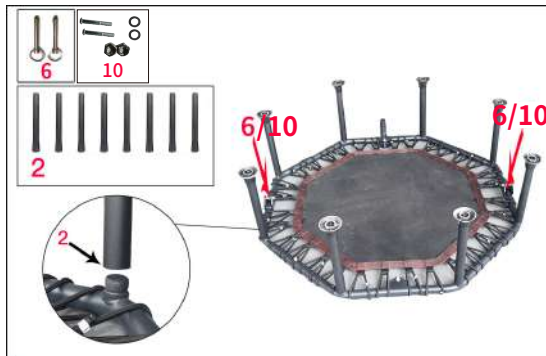
Den Hauptrahmen (1) des Trampolins öffnen. Zwei Personen stehen sich gegenüber und öffnen den Rahmen.

## INSTALLATIONSANWEISUNG

**Schritt 2** Die acht Beine mit Fußkappen (2) am Hauptrahmen (1) befestigen.

**Schritt 3** Bitte beachten Sie, dass die Fußkappen bereits an den Beinen befestigt sind. Anschließend das Trampolin auf den Boden stellen.

**Schritt 4** Sicherheitsriegel (6) in die Löcher des Hauptrahmens (1) stecken. Als Alternative können Sie die zusätzlichen Schrauben (10) anbringen und einschrauben, um mehr Stabilität zu garantieren und den Lärm zu verringern.



**Schritt 5**



Zwei Schrauben (7) am Stützrohr (3) anbringen und mit dem Sechskantschlüssel (9) einschrauben.

## INSTALLATIONSANWEISUNG

### Schritt 6

Haltegriffrohr (4) anbringen und mit der verstellbaren Schraube (8) befestigen.



### Schritt 7



Haltegriff (5) anbringen und mit einer Schraube (7) befestigen.



Trainingsvideo

### **Tipp:**

Sie können ein Trampolinbein verwenden, um die Hauptrahmen einzuklappen.



# FOLDABLE FITNESS TRAMPOLINE WITH HANDLEBAR

## SAFETY INSTRUCTIONS

**WARNING: Please read the instructions carefully before use!**  
**Misuse of the device and inattention while exercising can lead to malfunctions, damage or life-threatening injuries.**

- This product supports muscle strength and improves cardiopulmonary function. However, it cannot replace any medical or rehabilitation device.
- This equipment is not a toy and is only for use by adults. Minors, the elderly and patients with serious illnesses are prohibited from using this product. Please keep children and pets away from the device.
- The trampoline can only be used by ONE person at time. DO NOT exceed the maximum load of 150kg.
- DO NOT train immediately after eating. Stop using the device IMMEDIATELY in case of physical discomfort. Consult your doctor if there is no improvement in recovery.
- DO NOT jump from the trampoline to the ground or from other objects on the trampoline.
- ALWAYS wear proper protective clothing during use.
- WARNING: Incorrect exercising can cause life-threatening injuries. The risk of injury can be reduced through conscious and safe execution of the technique. DO NOT exercise without proper instruction or supervision and consult your doctor if necessary.
- ALWAYS check for any damaged parts before use. DO NOT use defective goods. Please consult your doctor about possible risks and side effects.

## CARE INSTRUCTIONS

**If necessary, clean with a damp cloth.**

Dear DH FitLife customer,

thank you for your purchase! We hope that you are satisfied with our product.

Customer satisfaction is very important to us and we would appreciate your impression and feedback. Please leave us a review for this product to help other customers with their choice.

We always remain at your disposal for further questions and requests.  
Feel free to contact us at any time by email: [service@DH-FitLife.com](mailto:service@DH-FitLife.com)

You are also welcome to follow our social media accounts for the latest product information and offers.

Instagram: [@dhfitlife](https://www.instagram.com/dhfitlife)

Thank you very much!  
Sporty greetings  
Your DH FitLife team

## PARTS LIST



1. Main frame



2. Legs \* 8 with foot caps \* 8



3. Support tube



4. Handlebar support tube



5. Bar



6. Safety latch \*2



7. Screws  
8\*40mm \*3



8. Adjustable screw



9. Allen key



10. Additional screws



## INSTALLATION GUIDE

The installation of this device requires two persons. Before assembly, open the package and check all parts for completeness and faultless condition.

### Step 1



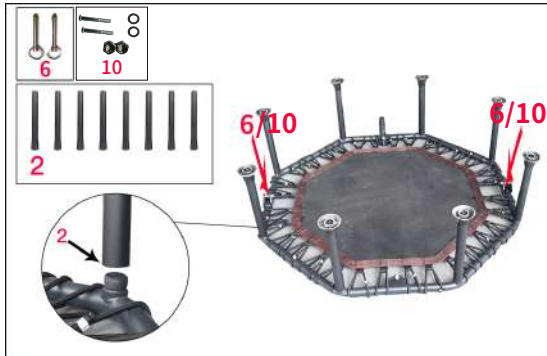
Open the main frame (1) of the trampoline. Two people face each other and open the frame carefully.

## INSTALLATION GUIDE

**Step 2** Attach the eight legs (2) to the main frame (1).

**Step 3** Please note that the foot caps are already attached to the legs. Then place the trampoline on the ground.

**Step 4** Insert the safety latches (6) into the holes in the main frame (1). Alternatively, you can attach and screw in the extra screws (10) to ensure more stability and reduce noise.



**Step 5**



Install two screws (7) on the support tube (3) and fasten with the allen key (9).

## INSTALLATION GUIDE

### Step 6

Install the handlebar support tube (4) and secure with the adjustable screw (8).



### Step 7



Attach the bar (5) and fasten with a screw (7).



Training video

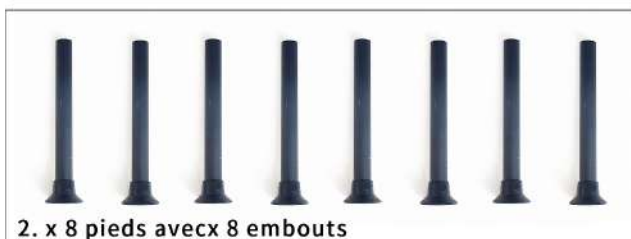
Tip:

You can use a trampoline leg to fold up the main frames.



# TRAMPOLINE DE FITNESS PLIABLE AVEC POIGNÉE DE MAINTIEN

## LISTE DES PIÈCES DE RECHANGE



## INSTRUCTIONS D'INSTALLATION

Le montage du produit nécessite deux personnes. Avant l'installation ouvrir le carton et vérifier qu'il y a toutes les pièces à l'aide de la liste correspondante.

### Étape 1



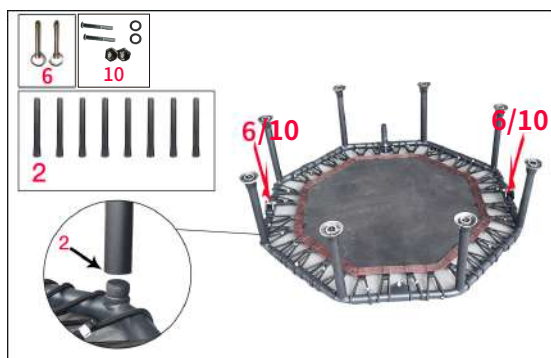
Ouvrir le cadre principal (1) du trampoline. Deux personnes sont face à face et ouvrent le cadre.

## INSTRUCTIONS D'INSTALLATION

**Étape 2** Fixer les huit pieds au cadre principal (1) à l'aide des embouts (2).

**Étape 3** Veuillez noter que les embouts sont déjà fixés aux pieds. Poser ensuite le trampoline sur le sol.

**Étape 4** Insérer les verrous de sécurité (6) dans les trous du cadre principal (1). Alternativement, vous pouvez fixer et visser les vis supplémentaires (10) pour assurer plus de stabilité et réduire le bruit.



**Étape 5**



Placer deux vis (7) sur le tube de soutien (3) et les visser à l'aide de la clé hexagonale (9).

## INSTRUCTIONS D'INSTALLATION

### Étape 6

Mettre en place le tube de la poignée de maintien (4) et le fixer à l'aide de la vis réglable (8).



### Étape 7



Mettre en place la poignée de maintien (5) et la fixer à l'aide d'une vis (7).



Vidéo de formation

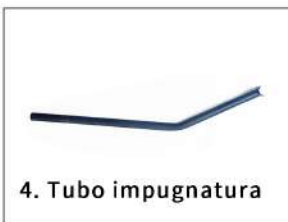
Conseil :

Vous pouvez utiliser un pied de trampoline pour replier le cadre principal.



# TRAMPOLINO FITNESS PIEGHEVOLE CON MANUBRIO

## LISTE DES PIÈCES DE RECHANGE





## ISTRUZIONI PER L'INSTALLAZIONE

Il montaggio del prodotto richiede due persone. Prima dell'installazione, aprire la scatola e verificare la completezza di tutti i componenti utilizzando l'elenco dei pezzi.

### Passo 1



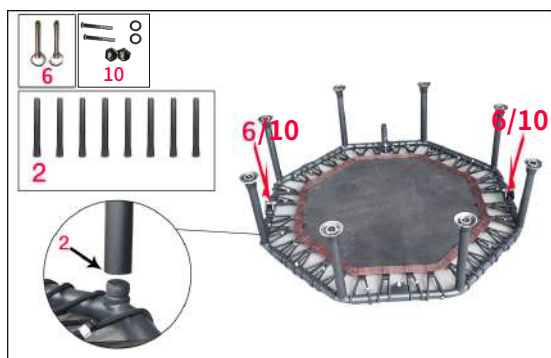
Aprire il telaio principale (1) del trampolino. Due persone si trovano l'una di fronte all'altra e aprono il telaio.

## ISTRUZIONI PER L'INSTALLAZIONE

**Passo 2** Fissare le otto gambe con i tappi dei piedi (2) al telaio principale (1).

**Passo 3** Si noti che i tappi dei piedi sono già fissati alle gambe. Quindi posizionare il trampolino a terra.

**Passo 4** Inserire il blocco di sicurezza (6) nei fori del telaio principale (1).  
In alternativa, puoi fissare e avvitare le viti extra (10) per garantire maggiore stabilità e ridurre il rumore.



**Passo 5**



Inserire due viti (7) nel tubo di supporto (3) e avvitarle con la chiave esagonale (9).

## ISTRUZIONI PER L'INSTALLAZIONE

### Passo 6

Collegare il tubo dell'impugnatura (4) e fissarlo con la vite regolabile (8).



### Passo 7

Collegare l'impugnatura (5) e fissarla con una vite (7).



Video di  
formazione

**Suggerimento:**

È possibile utilizzare una gamba del trampolino per ripiegare i telai principali.



# CAMA ELÁSTICA FITNESS PLEGABLE CON ASIDERO

## LISTA DE COMPONENTES



## INSTRUCCIONES DE INSTALACIÓN

Se necesitan dos personas para montar el producto. Antes de la instalación, abra la caja y compruebe la integridad de todas las piezas utilizando la lista de piezas.

### Paso 1



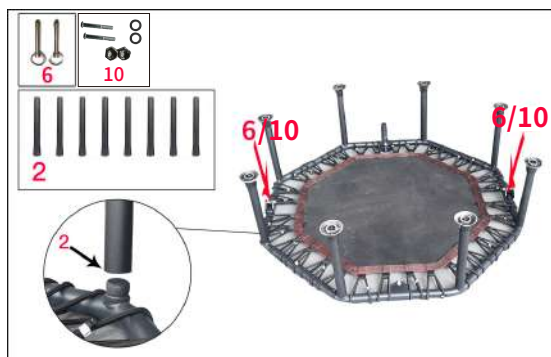
Abra el bastidor principal (1) de la cama elástica. Las dos personas, situadas una frente a la otra, abren el bastidor.

## INSTRUCCIONES DE INSTALACIÓN

**Paso 2** Fije las ocho patas con tapas (2) al bastidor principal (1).

**Paso 3** Tenga en cuenta que las tapas de las patas ya están fijadas a estas. A continuación, coloque la cama elástica en el suelo.

**Paso 4** Introduzca el pasador de seguridad (6) en los orificios del bastidor principal (1). Como alternativa, puede colocar y atornillar los tornillos adicionales (10) para garantizar una mayor estabilidad y reducir el ruido.



**Paso 5**



Coloque dos tornillos (7) en el tubo de apoyo (3) y atorníllelos con la llave hexagonal (9).

## INSTRUCCIONES DE INSTALACIÓN

### Paso 6

Coloque el tubo del asidero (4) y fíjelo con el tornillo ajustable (8).



### Paso 7



Coloque la empuñadura (5) y fíjela con un tornillo (7).



Video de entrenamiento

**Consejo:**

Puede utilizar una pata de trampolín para plegar los bastidores principales.



**DH FitLife**<sup>®</sup>

Fitness für Dein Zuhause



[DH-FitLife.com](https://DH-FitLife.com)