

## SICHERHEITSTIPPS TRAMPOLIN

### SICHERES TRAMPOLIN

- ✔ Stellen Sie ein Fangnetz rund ums Trampolin auf.
- ✔ Montieren Sie keine Leiter.
- ✔ Stellen Sie das Trampolin auf weichen Untergrund (Gras, Rindenschnitzel, Sand).
- ✔ Trampoline ohne Fangnetz brauchen ein Polster, das Federn und Rahmen vollständig abdeckt und eine andere Farbe als das Sprungtuch hat.
- ✔ Halten Sie einen Sicherheitsabstand von 2,5 Metern zu allen Hindernissen ein, sofern kein Fangnetz vorhanden ist.
- ✔ Kaufen Sie ein möglichst grosses Trampolin.



### BEIM SPRINGEN

- ✔ Sorgen Sie dafür, dass immer nur eine Person auf dem Trampolin herumturnt.
- ✔ Versuchen Sie keinen Salto (nur unter fachkundiger Anleitung).
- ✔ Springen Sie nur barfuß oder in leichten Turnschuhen.
- ✔ Legen Sie Schmuck und ähnliche Gegenstände vorher ab.
- ✔ Verwenden Sie keine Kaugummis und Bon-Bons während des Springens.
- ✔ Springen Sie nicht vom Trampolin herunter.
- ✔ Springen Sie immer in der Mitte des Trampolins.

Quelle: bfu

PROJEKTPARTNER