

1. TRAMPOLINA jest własnością Ośrodka Sportu i Rekreacji w Malborku.
2. Osoby korzystające z TRAMPOLINY są zobowiązane do zapoznania i przestrzegania niniejszego regulaminu oraz zasad bezpieczeństwa.
3. Ćwiczący wchodzi na TRAMPOLINĘ na własną odpowiedzialność.
4. Przed wejściem na TRAMPOLINĘ należy sprawdzić stan techniczny urządzenia i w przypadku zauważonych uszkodzeń powiadomić obsługę OSiR.
5. Przed wejściem na TRAMPOLINĘ zaleca się rozgrzanie głównych partii mięśniowych.
6. Zaleca się rozpoczęcie korzystania z TRAMPOLINY od podstawowych ćwiczeń - skoków.
7. Dzieciom do lat 6 wstęp wzbroniony.
8. Dzieci do lat 10 korzystają z TRAMPOLINY pod opieką Rodziców.
9. Nie należy korzystać z TRAMPOLINY w czasie deszczu i silnego wiatru.
10. Nie należy przebywać pod TRAMPOLINĄ w czasie ćwiczeń.
11. Na TRAMPOLINIE powinna ćwiczyć tylko 1 osoba (większa ilość ćwiczących zwiększa ryzyko kolizji).
12. Nie należy ćwiczyć na TRAMPOLINIE w rzeczach z haczykami i innymi elementami ubioru wbijającymi się w ciało.
13. Nie wolno korzystać z TRAMPOLINY pod wpływem alkoholu, środków odurzających, i lekarstw.
14. Nie wolno pozostawiać i zawieszać rzeczy osobistych na TRAMPOLINIE podczas ćwiczeń.
15. Nieprawidłowe lądowanie na TRAMPOLINIE może być przyczyną urazów pleców, karku, szyi i głowy.

DYREKTOR OSiR

ZASADY BEZPIECZEŃSTWA



Nie skacz będąc w ciąży!
Do not use during pregnancy!
Niet gebruiken tijdens zwangerschap!
Nicht benutzen während Schwangerschaft!
N'utilisez pas pendant grossesse!



Palenie zabronione!
No smoking!
Verboden te roken!
Nicht rauchen!
Non fumer!



Zakaz skakania w obuwiu!
Use only bare feet!
Betreden zonder schoeisel!
Nur ohne schuhe benutzen!
Utilisez seulement pieds nus!



Osoby z wysokim ciśnieniem nie mogą korzystać z trampoliny!
Do not use when suffering from high blood pressure!
Niet toege voor mensen met hoge bloeddruk!
Nicht benutzen, wenn Sie einen hohen blutdruck haben!
N'utilisez pas quand vous souffrez d'une hypertension!



Na trampolinie może przebywać tylko jedna osoba!
Only one person at the trampoline!
Maximaal 1 person tegelijk op de trampoline!
Nur eine Person auf dem Trampolin!
Seulement une personne sur le trampoline!



Usuń wszelkie ostre narzędzia z trampoliny i osoby skaczącej!
Remove all sharp objects from trampoline & jumper!
Geen scherpe objecten op de trampoline oh in/ann(kleding van) springer!
Entfernen Sie alle scharfe Gegenstände vom Trampolin & vom Springer!
Enlevez tous les objets tranchants du trampoline & du sauteur!