

## Veränderung der Sprungspannung für Trimilin VARIO-Minitrampoline

Das VARIO-System ist ein neuartiges Aufhänge- und Spannsystem mit 12 einzelnen Gummikabeln. Damit können Sie ganz individuell die Spannung der Sprungmatte straffer oder weicher einstellen, ohne Kabel oder Gummiringe austauschen zu müssen.

An 24 variablen Spannelementen kann die Kabelführung verändert werden. Je mehr Sie verändern, desto grösser ist die Auswirkung auf die Spannung der Sprungmatte. Damit lässt sich Ihr Trimilin-Vario ganz nach Ihrem Geschmack in einer grossen Bandbreite anpassen, je nach Körpergewicht und Trainingswunsch.

[www.trimilin.at](http://www.trimilin.at)   [www.trimilin.ch](http://www.trimilin.ch)   [www.trimilin.de](http://www.trimilin.de)

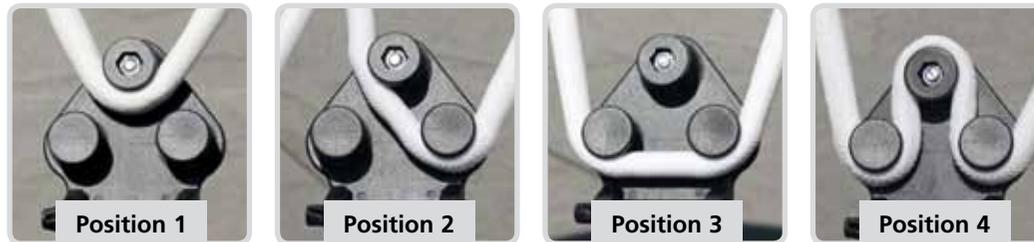


# Die Spannung des Trampolins einfach selber einstellen

Sie können in wenigen Schritten die Spannung der Sprungmatte erhöhen oder reduzieren

**Pro Spannelement stehen verschiedene Kabelführungen zur Auswahl.**

Jedes bietet 4 Spannmöglichkeiten zur Veränderung des Weichheitsgrads.



weich

straff

**Spannung der Sprungmatte erhöhen**

straff



Zur Erhöhung der Spannung am variablen Spannelement z.B. von Position 1 auf Position 3 oder 4, müssen Sie das Kabel zuerst über die Zwischenposition 2 führen.

Durch Veränderung der Kabelführung von Position 3 zu Position 4 erzielen Sie eine noch höhere Spannung der Sprungmatte.

weich

**Spannung der Sprungmatte reduzieren**

Zur Reduzierung der Spannung folgen Sie den gezeigten Schritten in umgekehrter Reihenfolge.

Empfohlene Kombinationsbeispiele pro VARIO-Gummikabel

weich



straff

**TIPP:**  
Meist reicht Position 1 oder 3 für eine spürbare Änderung der Spannung  
Position 4 wird nur für eine äußerst straffe Spannung benötigt

Mit Hilfe des Spannwerkzeugs können Sie mit wenigen Handgriffen die Kabelführung verändern.

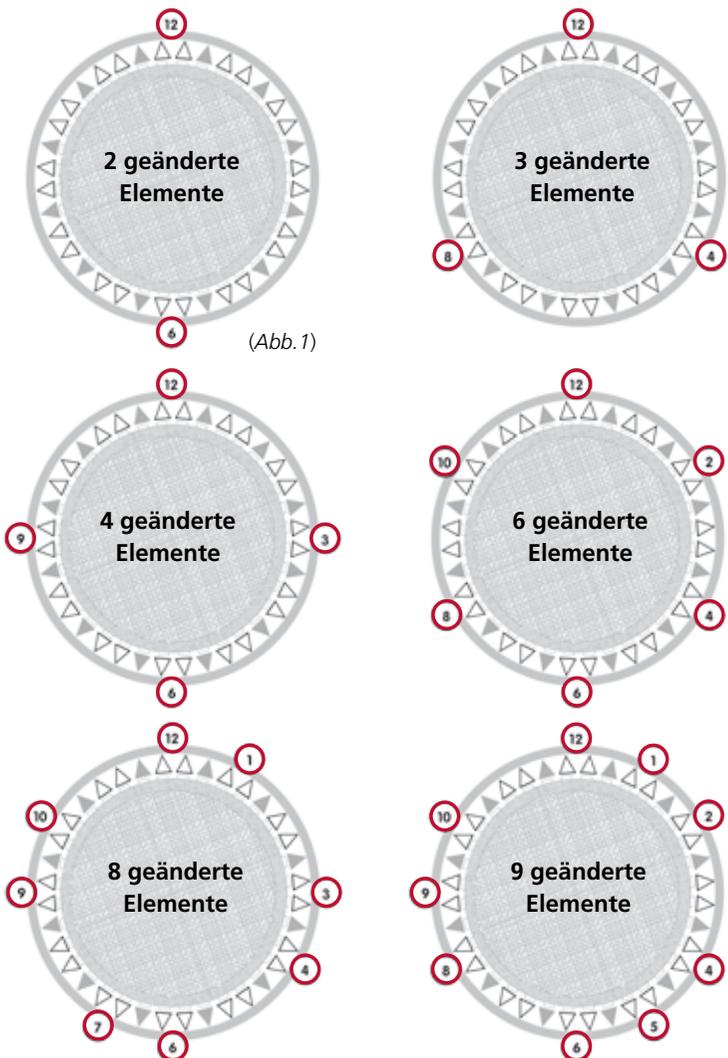
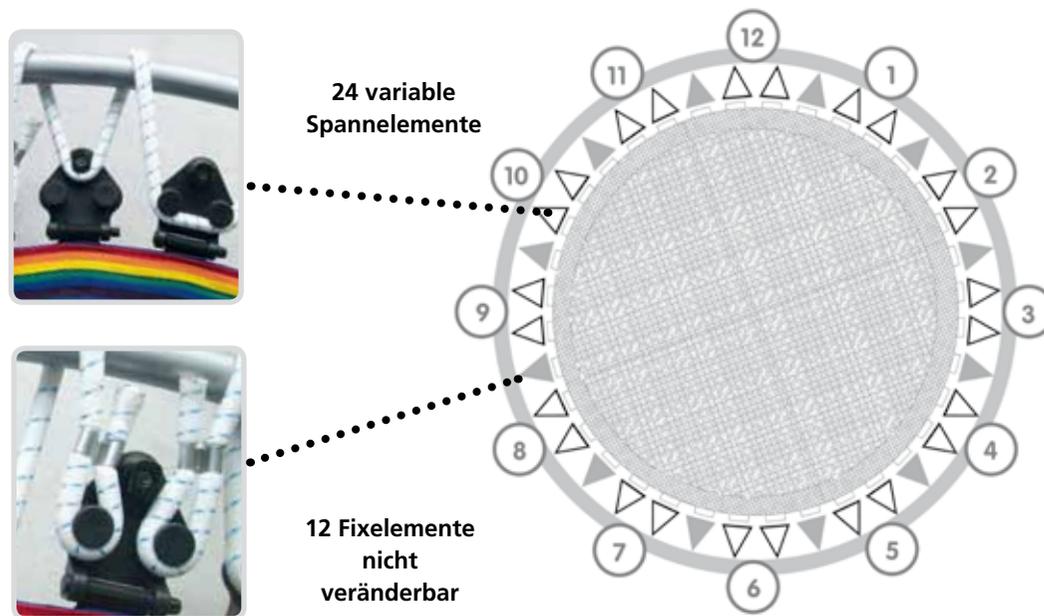


# Kabelführung für eine gleichmäßige Spannung der Sprungmatte

## 24 variable Spannelemente zur Veränderung der Mattenspannung

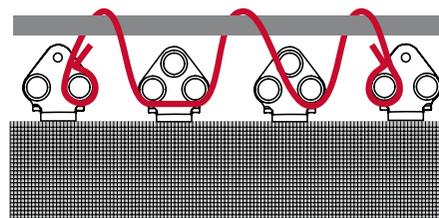
Gehen Sie in kleinen Schritten vor und verändern Sie die Kabelführung zunächst an 2 bis 4 variablen Spannelementen. Sollte dies nicht ausreichen, ändern Sie weitere Elemente, bis die gewünschte Spannung der Matte erreicht ist.

Es stehen Ihnen **24 variable Spannelemente** zur Verfügung. Für eine gleichmäßige Spannung der Sprungmatte verändern Sie die Spannelemente nach einem symmetrischen Schema, z.B. zwei geänderte Elemente an Position 12 und Position 6 (Abb. 1).



### VARIO-Technik

Ein VARIO-Gummikabel läuft über jeweils 4 Spannelemente. An den beiden mittleren (variablen Elementen) wird die Kabelführung und damit die Spannung verändert.



## Einbau eines einzelnen Vario-Gummikabels

Wenn Sie ein Kabel ganz neu einsetzen oder austauschen möchten, gehen Sie wie folgt vor:  
In der Ausgangsposition steht das Trimilin-Vario vor Ihnen auf dem Boden.



Das Ende des einzusetzenden Kabels am freien Spannelement einhängen.



Die 2 Kabelstränge, die zum Spannelement führen, sollten beide immer über oder unter dem Rahmen geführt werden.



Kabel um den Rahmen führen und ...



... um den gewünschten Konus des nächsten Spannelements legen.



Kabel um den Rahmen zurückführen und das freie Ende dehnen.



Mit der anderen Hand das gedehnte Kabel am Rahmen festhalten.



Kabel am nächsten Spannelement um den gewünschten Konus führen.



Dann wieder um den Rahmen zurückführen und dehnen.



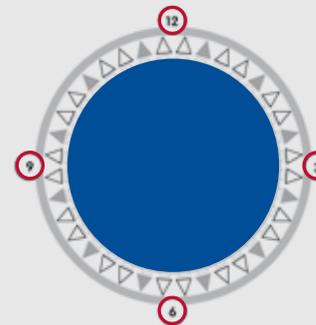
Mit der anderen Hand das gedehnte Kabel am Rahmen festhalten.



Das Ende des Kabels am letzten Spannelement einhängen. Fertig.

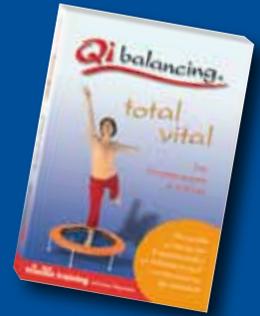
### Austausch einer Trimilin Sprungmatte

Beim Neueinsetzen einer Sprungmatte befestigen Sie zuerst jeweils ein Kabel an den gegenüberliegenden Positionen 12 und 6 sowie an 9 und 3. Dann erst die dazwischen liegenden Kabel einhängen.



Mit Musik macht das Training noch mehr Spass

Passende Übungsprogramme finden Sie z.B. auf der DVD „Qibalancing“. Weitere Übungen und grosses Übungsposter im Online-Shop.



Jetzt auch Online trainieren!  
[www.trampolin-training.com](http://www.trampolin-training.com)

NEU!

SERVICE ÖSTERREICH  
Trimilin Ges.mbh

Tel. +43 (0) 680 235 71 35  
E-Mail: [office@trimilin.at](mailto:office@trimilin.at)  
[www.trimilin.at](http://www.trimilin.at)

SERVICE SCHWEIZ  
Trimilin GmbH

Tel. +41 (0) 71 841 08 50  
E-Mail: [info@trimilin.ch](mailto:info@trimilin.ch)  
[www.trimilin.ch](http://www.trimilin.ch)

SERVICE DEUTSCHLAND  
Heymans GmbH & Co. KG

Tel. +49 (0) 81 46 99 68 15  
E-Mail: [service@heymans.de](mailto:service@heymans.de)  
[www.trimilin.de](http://www.trimilin.de)

**trimilin®**