



ROMANA SPORT  
Małgorzata Grindei  
+48 533-592-373  
e-mail: kontakt@romana.com.pl

## DRABINKA GIMNASTYCZNA PRZYŚCIENNA

### ATLETA-S



#### **UWAGA!**

**Zestaw jest przeznaczony do użytku domowego.**

**Zestaw jest przeznaczony dla 1 osoby.**

#### **Uwagi dla osoby wykonującej montaż**

Montaż należy przeprowadzić zgodnie z niniejszą instrukcją montażu. Po zakończeniu montażu instrukcję należy pozostawić użytkownikom do wglądu. Użytkownik jest zobowiązany do zapoznania się z niniejszą instrukcją, szczególnie z punktami dotyczącymi bezpieczeństwa.

**Montaż powinien być wykonany przez specjalistę lub osobę mającą doświadczenie w skręcaniu oraz instalowaniu podobnych konstrukcji.**

**UWAGA! Podczas skręcania elementów plastikowych należy uważać aby nie dokęcać śrub które przez nie przechodzą zbyt mocno – zbyt mocne dokręcanie może spowodować deformację i pękanie elementów plastikowych.**



Prosimy o uważne przeczytanie instrukcji, aby zapoznać się z zasadami instalacji, bezpiecznego użytkowania, konserwacji, transport oraz przechowywania wyrobu.

Wszelkie czynności związane z montażem oraz demontażem wyrobu powinny być wykonywane przez co najmniej 2 osoby.

Instrukcję należy zachować przez cały okres eksploatacji wyrobu.



Aby bezpiecznie korzystać z wyrobu NIE WOLNO:

- aby dzieci uczestniczyły podczas montażu wyrobu;
- aby dzieci samodzielnie regulowały elementy wyrobu;
- aby dzieci korzystały z zestawu bez opieki dorosłych;
- aby ćwiczenia odbywały na podłożu nie zabezpieczonym odpowiednim materacem;
- aby jednocześnie korzystała z zestawu więcej niż jedna osoba.

Bezpieczeństwo wyrobu zostało potwierdzone odpowiednim certyfikatem.

#### **WSKAZANIA DLA BEZPIECZNEGO KORZYSTANIA Z WYROBU PRZEZ DZIECI:**

- ☞ Nie przechodzić w pobliżu, przed, za lub pomiędzy ruchomymi elementami zestawu.
- ☞ Nie okręcać wokół własnej osi linek na których są zawieszane huśtawki i obręcze, nie huścić pustych huśtawek/obręczy, nie zakręcać ich wokół szczebelków.
- ☞ Siedząc na huśtawce, nie huścić się w kierunku innym niż przód-tył.
- ☞ Nie zakręcać lub obręcać linek, na których znajdują się elementy podwieszane.
- ☞ Nie wykorzystywać elementów niezgodnie z ich przeznaczeniem.
- ☞ Nie pozostawiać elementów zestawu będących w ruchu.
- ☞ Nie korzystać z zestawu mając mokre ręce lub gdy elementy zestawu są mokre lub wilgotne (np. po czyszczeniu).
- ☞ Nie stawać stopami na obręczach gimnastycznych.
- ☞ Nie używać młotków, pił, gwoździ, śrubokrętów do pracy z wyrobem.
- ☞ Nie stawać stopami na huśtawce.
- ☞ Nie umieszczać na wyrobie przedmiotów nie wchodzących w jego skład lub nie wskazanych przez producenta jako akcesoria dodatkowe, w szczególności: skakanek sznurów do suszenia prania, linek, kabli, łańcuchów itp., które mogą spowodować uduszenie.
- ☞ Podczas korzystania z zestawu uważać na inne dzieci bawiące się blisko zestawu.

#### **WSKAZANIA DLA DOROSŁYCH:**

- ☞ Ustalać granice wchodzenia na wyrób oraz huśtania zgodnie z możliwościami dziecka.
- ☞ Ubierać dzieci odpowiednio do zajęć z zestawem. Używać wygodnego obuwia z podeszwą antypoślizgową, zakładać wygodne ubranie, nie zakładać na szyję łańcuszków, szalików, hust i temu podobnych, nie zakładać ubrań z kapturem, sznurkami, krawatów i innych elementów na których można się zaczepić.
- ☞ Sprawdzać wszystkie elementy zawsze przed rozpoczęciem korzystania z wyrobu przez dziecko.
- ☞ Zawsze pamiętać, że dzieci lubią eksperymentować i mogą wymyślać niebezpieczne zabawy – zawsze bądź gotowy do podjęcia odpowiednich działań.

## 1 INFORMACJE OGÓLNE

Zestaw przeznaczony jest do ćwiczeń i zabawy w pomieszczeniu, nie jest przeznaczony do użytku na zewnątrz.



**UWAGA!**

**DZIECI MOGĄ KORZYSTAĆ Z ZESTAWU WYŁĄCZNIE POD KONTROLĄ OSOBY DOROSŁEJ!**



Producent zawsze ma prawo do wnoszenia zmian w wyglądzie, wyposażeniu oraz konstrukcji w związku z ciągłym ulepszaniem wyrobu.

UWAGA! Z zestawu mogą korzystać dzieci w wieku od 3 lat.

Wysokość pomieszczenia w którym będzie instalowany zestaw to minimum 2,30m.

Maksymalne obciążenie na zestaw to 120kg.

STREFA BEZPIECZEŃSTWA od każdego elementu drabinki wynosi minimum 1m.

## 2 DANE TECHNICZNE

Tabela 1

Wymiary gabarytowe, cm	Długość	100
	Szerokość	90
	Wysokość	220
Waga brutto, kg, nie więcej niż		33
Maksymalna waga użytkownika, kg (nie dotyczy elementów linowych)		120
Minimalny wiek użytkownika		3 lata
Termin przydatności, (nie mniej niż)		5 lat
Wysokość pomieszczenia: H min, cm		230

## 3 WYPOSAŻENIE

No.	Nazwa	Ilość, szt	Objaśnienie
1	Słupek dolny	2	Rurka o średnicy 42mm, długości 1100mm, która posiada 5 otworów
2	Słupek górny	2	Rurka o średnicy 42mm, długości 1100mm, która posiada 6 otworów
3	Szczebel	8	Rurka o średnicy 25mm pokryta nakładką plastikową
4	Uchwyt mocowania przyściennego	6	Rurka o średnicy 25mm, o dł 190mm, z dospawaną końcówką
5	Wspornik boczny drążka	2	Rurka o średnicy 33mm w formie wygiętej
6	Drążek	1	Rurka o średnicy 25mm z plastikowymi rączkami
7	Szczebel dodatkowy drążka	1	Rurka o średnicy 25mm, dł 550mm
8	Rurka-łącznik	2	Rurka o średnicy 38mm, dł 260mm
10	Obejma	12	40x100mm, w formie wygiętej
11	Wspornik podłokietnika	2	Rurka o średnicy 27mm dł 740mm z 2 rączkami
12	Element mocowania poręczy	2	Rurka o średnicy 27mm w formie wygiętej
13	Łącznik	1	Rurka o średnicy 27mm dł 615mm
14	Podłokietnik	2	Miękki prostokątny element
15	Oparcie podwieszane	1	Miękki prostokątny element z zaczepem
<b>Elementy montażowe</b>			
16	Śruba M8x20	2	
17	Śruba M8x40	8	
18	Śruba M8x50	8	
19	Śruba M8x60	22	
20	Śruba M8x70	8	
22	Nakrętka M8	24	
23	Podkładka 8	34	
23-1	Wkręt montażowy 8x70	6	
23-2	Kolek rozporowy 12x70	6	

24	Zaślepka zewnętrzna o średnicy 42	2	
25	Zaślepka wewnętrzna o średnicy 42	2	
26	Łącznik	28	
27	Zaślepka łącznika	22	
28	Zaślepka śruby M8	44	
29	Złączka plastikowa	2	
30	Wstawka	2	

## 4 KONSTRUKCJA

### 4.1 Skład zestawu.

4.1.1. Wyrób stanowi składalną i rozkładalną konstrukcję zbudowaną z metalowych rurek, którą instaluje się do ściany.

4.1.2. Głównymi częściami składowymi zestawu są:

- drabinka gimnastyczna pionowa;
- poziomy drążek gimnastyczny z możliwością regulacji wysokości.

4.1.3. Na wyrobie można zawieszać określone elementy linowe, w ściśle przeznaczonych do tego miejscach.

### 4.2 Informacja o użytych materiałach.

Materiały użyte do produkcji wyrobu są dopuszczone do użytku w produkcji wyrobów przeznaczonej dla dzieci, posiadają odpowiednie atesty i certyfikaty.

## 5 INSTRUKCJA MONTAŻU

### 5.1 Ograniczenia.

5.1.1. Ściana do której montuje się wyrób nie może być wykonana z gipsokartonu.

5.1.2. Zestaw nie powinien być montowany w narożnikach.

### 5.2 Ustawienie wyrobu w pomieszczeniu.

5.2.1. Dopuszczalny poziom nierówności powierzchni podłogi to nie więcej niż 5mm.

5.2.2. Przy montażu wyrobu na podłożu drewnianym, parkiecie, laminacie itp. zaleca się użyć dodatkowej podkładki ze sklejki o grubości 16-20mm, podłożonej pod obie nóżki

5.2.3. Należy zapewnić swobodny dostęp do wyrobu.

5.2.3. Nie zaleca się umieszczania zestawu w mniejszej niż 2m odległości od kątów pomieszczenia, mebli oraz innych elementów utrudniających dostęp do drabinki

### 5.3 Przygotowanie do montażu.

5.3.1. Rozpakuj zestaw.

5.3.2. Rozłóż detale na wcześniej przygotowanym miejscu (stół, podłoga).

5.3.3. Upewnij się czy wszystkie elementy zgadzają się z instrukcją.

5.3.4. Naszykuj wszystkie narzędzia potrzebne do montażu zestawu.

### 5.4 Środki bezpieczeństwa.

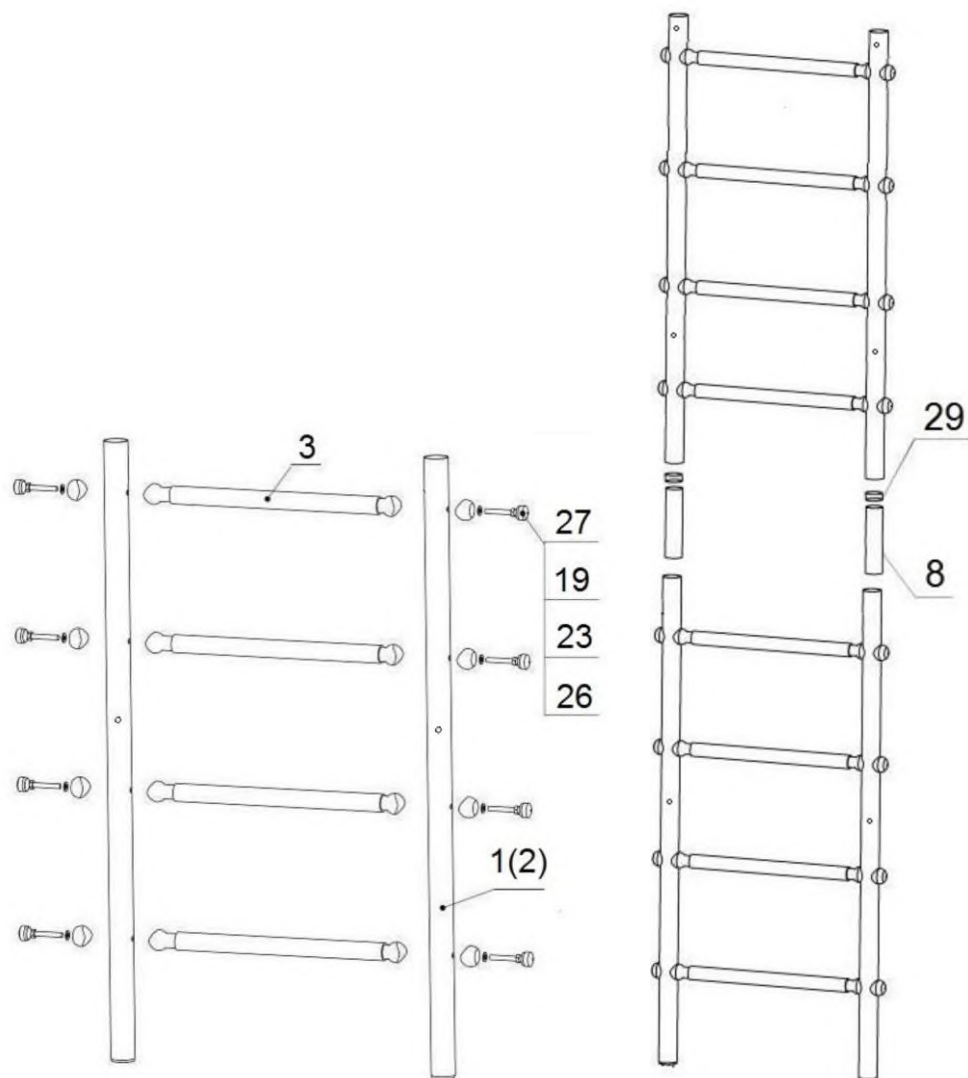
5.4.1. Prace związane z montażem, demontażem i instalacją wyrobu powinny być wykonywane przez co najmniej 2 osoby.

5.4.2. Zabrania się uczestnictwa dzieci przy pracach montażowych.

5.4.3. Montaż należy wykonywać w kolejności opisanej w niniejszej instrukcji.

### 5.5 Kolejność montażu wyrobu.

5.5.1. Połącz ze sobą słupki oraz szczeble drabinki wg rys. 1.

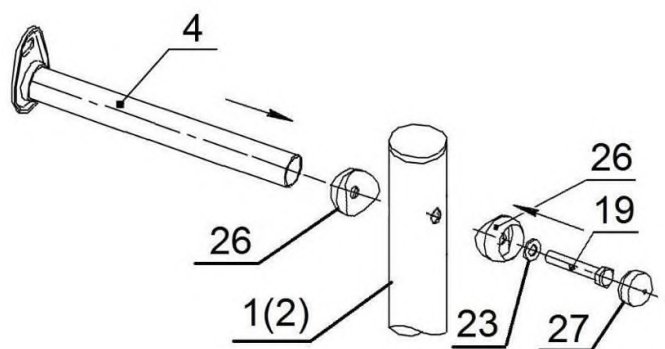


Rys.1

Rys.2

5.5.2 Połącz sekcję górną i dolną drabinki za pomocą rurek-łączników poz. 8 oraz złączek poz.22 wg rys.2.

5.5.3 Połącz 6 uchwyty do montażu przyściennego poz.4 ze słupkami drabinki gimnastycznej wg rys.3.



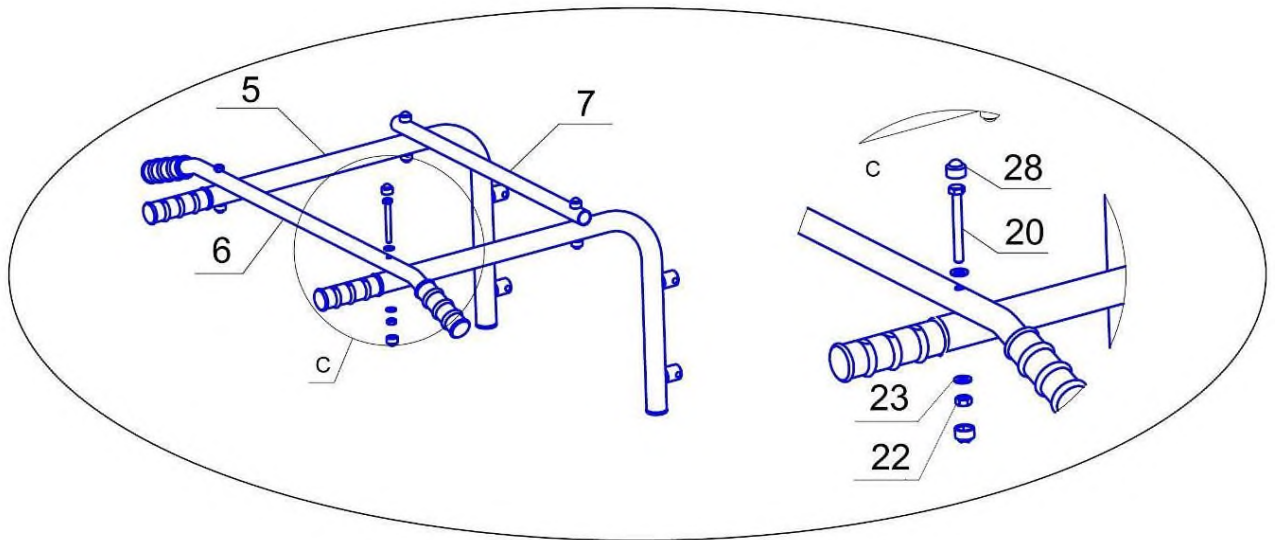
Rys.3

5.5.4 Na dole słupków drabinki zainstaluj 2 zaślepki poz..24, na górze słupków zainstaluj 2 zaślepki poz.25.

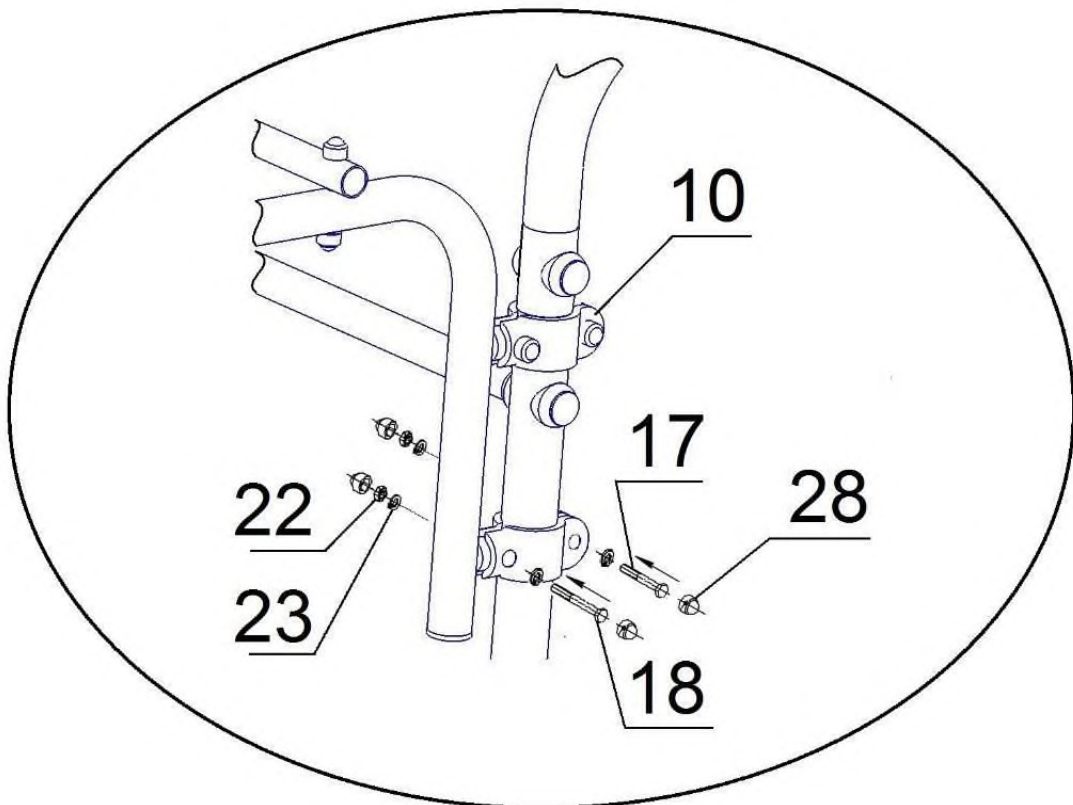
5.5.5 Przyłóż drabinkę do równej powierzchni ściany, tak aby słupki były ustawione na podłodze a drabinka mocno przylegała do ściany. Zaznacz miejsca nawierć, odłóż drabinkę i wywierć otwory o średnicy 12mm na odpowiednią głębokość. Umieść w otworach kołki rozporowe. Przymocuj drabinkę do ściany, używając elementów montażowych poz.23-1 i 23-2.

5.5.6 Skręć konstrukcję drążka wg rys.4 i przymocuj go do drabinki wg rys.5.

Wysokość ustawienia konstrukcji drążka możesz wybrać wg swoich potrzeb.



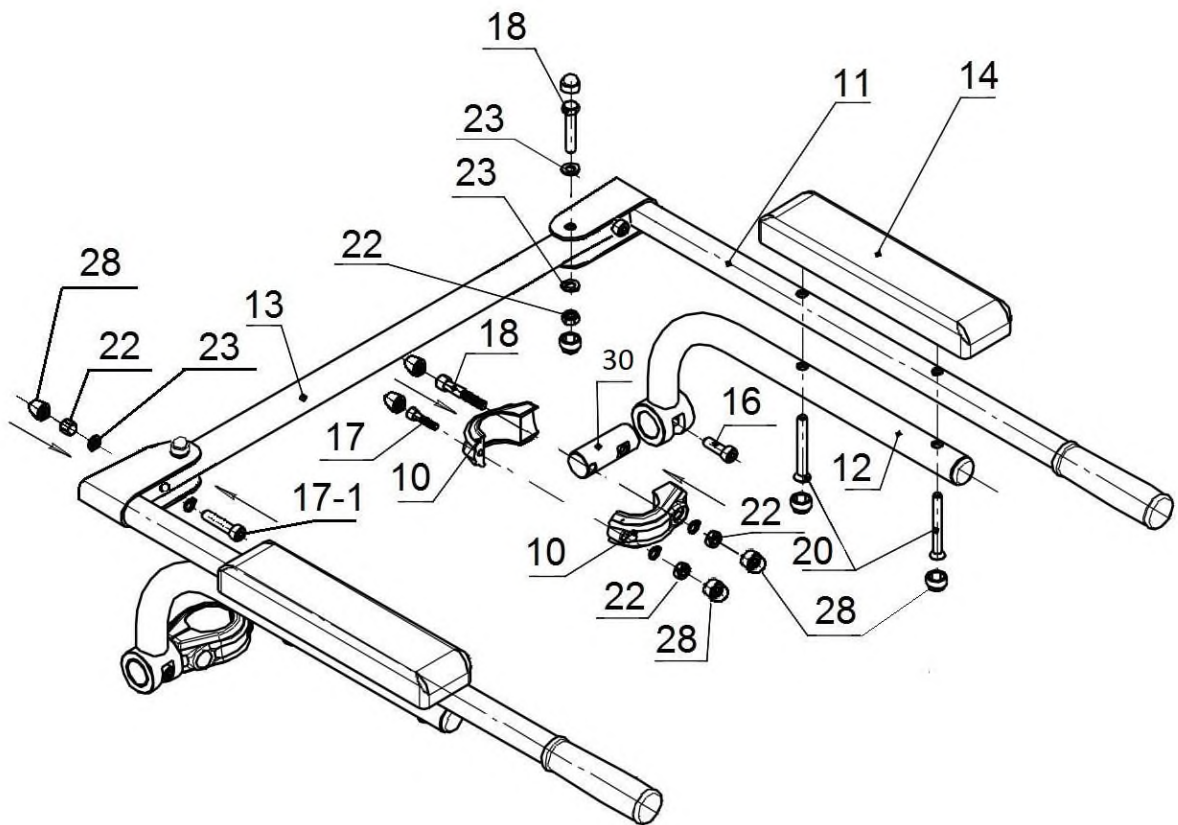
Rys.4



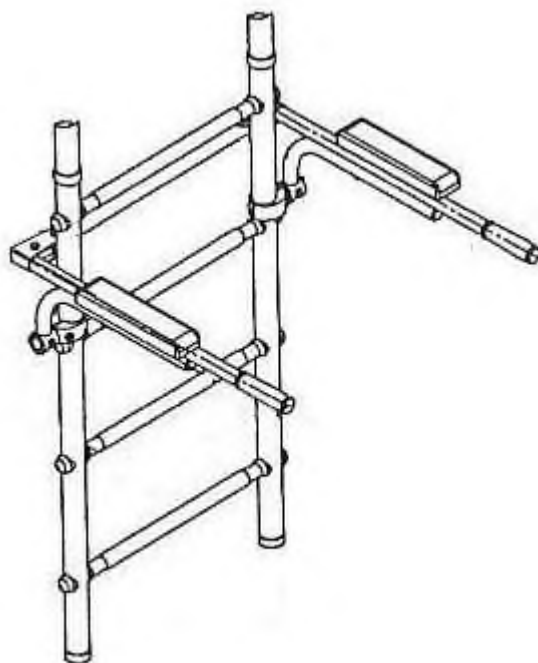
Rys.5

**UWAGA!** Podczas skręcania obejm najpierw dokręć śrubę poz.18, a dopiero później śrubę poz.17

5.5.7 Skręć poręczę wg rysunków 6 i 7. Niektóre elementy mogą nieznacznie różnić się kształtem od rysunku.



Rys.6



Rys.7

5.5.8 Sprawdź czy zestaw został odpowiednio zainstalowany, dokręć wszystkie śruby i łączenia, sprawdź wytrzymałość zestawu.

## 6. TRANSPORT I PRZECHOWYWANIE

6.1 Transport wyrobu odbywa się w opakowaniu kartonowym producenta dowolnym sposobem, który zapewni jego trwałość.

6.2 Przed montażem wyrób należy przechowywać w firmowym opakowaniu, w suchym i wentylowanym pomieszczeniu.



6.3 Do przewożenia wyrobu w inne miejsce zaleca się użycie opakowania firmowego.

## 7. UTYLIZACJA

7.1 Przed utylizacją wyrobu należy:

- zdemontować zestaw, demontaż należy wykonać w kolejności odwrotnej do instrukcji montażu;
- posortować detale zgodnie z rodzajem materiałów użytych do ich produkcji.

7.2 Wyrób nie zawiera substancji niebezpiecznych dla zdrowia i zagrażających życiu.

7.3 Utylizację elementów należy wykonać zgodnie z wymogami sanitarnymi obowiązującymi w danym kraju.

## 8. WARUNKI GWARANCJI

8.1 Termin gwarancji jest ustalony na 12 miesięcy od dnia zakupu.

8.2 Gwarancja zostaje utracona w przypadku:

- uszkodzenia wyrobu w transporcie;
- nieprawidłowego przechowywania wyrobu, nieprawidłowego montażu lub nieprawidłowej eksploatacji;
- ingerencji w konstrukcję wyrobu wykonanej samowolnie.

## 9 INSTRUKCJA BEZPIECZNEJ EKSPLOATACJI

9.1 Wyrób przeznaczony jest dla dzieci od 3 roku życia.

9.2 Uwaga! Dzieci mogą korzystać z wyrobu wyłącznie pod kontrolą osoby dorosłej.

9.3 Maksymalna waga użytkownika korzystającego z wyrobu to 100kg.

9.4 W jednym czasie z wyrobu może korzystać tylko jedna osoba.

9.5 Aby uniknąć wypadków i kontuzji podczas zajęć, podłóż pod i wokół wyrobu powinno zostać zabezpieczone przez materace asekuracyjne, które będą chronić ciało przy upadku.

9.6 W przypadku akcesoriów linowych w jednym czasie można używać tylko 1 elementu. Akcesoria linowe (lina, obręcze na linkach, trapez należy wykorzystywać zgodnie z ich przeznaczeniem tylko i wyłącznie do ćwiczeń.

9.7 **Zabrania się** wykorzystywać je w inny sposób, w szczególności zawiązywanie linek na sobie lub na innych, obwiązywanie się nimi, przywiązywanie przedmiotów do linek, wprawianie w ruch elementów linowych na których nie ma nikogo, ich skręcanie i rozkręcanie.

9.8 Dzieci podczas zajęć z wyrobem powinny być ubrane w odzież oraz obuwie odpowiednie do zajęć sportowych. Należy wykluczyć rzeczy na których dzieci mogą się zaczepić (łańcuszki, szaliki, ubranie z kapturem, troczkami itp.).

### Zalecenia dotyczące ćwiczeń:

- Dzięki regularnym codziennym ćwiczeniom na wyrobie poprawia się ogólny stan zdrowia i kondycji dziecka, jego apetyt oraz jakość snu.
- Dla dzieci polecamy następujące ćwiczenia ogólnorozwojowe:
  - na drabince gimnastycznej – wspinanie się i schodzenie po drabince, ćwiczenie mięśni brzucha;
  - na linie – podciąganie się oraz wspinanie po linie;
  - na obręczach gimnastycznych – podciąganie się, przewroty, trening mięśni brzucha.
- Konkretnie ćwiczenia oraz czas treningu musi zostać ustalony przez rodziców i dobrany indywidualnie do każdego dziecka po konsultacji ze specjalistą.

**Niezachowanie zasad bezpieczeństwa opisanych w niniejszej instrukcji może doprowadzić do wypadku!**

## 10 INSTRUKCJA POSTĘPOWANIA PRZED KAŻDORAZOWYM ROZPOCZĘCIEM ZAJĘĆ

Przed rozpoczęciem zajęć każdorazowo należy:

- Ocenić stan wizualny wszystkich elementów zestawu;
- Sprawdzić stan konstrukcji oraz wszystkich elementów zestawu;
- Sprawdzić stan drewnianych elementów zestawu

**Pominięcie oględzin zestawu może doprowadzić do wypadku!**



**UWAGA!**

**KORZYSTANIE Z ZESTAWU BEZ  
ODPOWIEDNIEGO ZABEZPIECZENIA  
PODŁOŻA MATERACEM ASEKURACYJNYM  
MOŻE PROWADZIĆ DO POWAŻNYCH  
USZKODZEŃ CIAŁA PRZY UPADKU!**



## 11 INSTRUKCJA OGLĘDZIN I KONSERWACJI

11.1 Za każdym razem przed rozpoczęciem zajęć należy przeprowadzić wizualne oględziny wyrobu: Sprawdzić miejsca połączeń elementów. Jeśli łączenie jest osłabione, należy dokręcić połączenia elementów używając narzędzi do tego przeznaczonych.



**UWAGA!** Zabrania się całkowitego odkręcania szczebli drabinki.

- Sprawdzić mocowanie elementów linowych, stan linek szczególnie pod kątem przetarć i ubytków włókna linek;
- Sprawdzić stan elementów drewnianych;
- Sprawdzić obecność wszystkich plastikowych zaślepek w miejscach łączeń;
- Sprawdzić stabilność konstrukcji oraz stan elementów mocujących;

11.2 Co najmniej raz w miesiącu przeprowadzać oględziny fizycznie sprawdzając stabilność konstrukcji oraz elementów mocowania. Należy sprawdzić czy żaden element nie uległ przesunięciu, czy wszystkie śruby oraz łączenia są dokręcone.

11.3 Co najmniej raz w roku przeprowadzać szczegółowe oględziny.

Wszystkie elementy które straciły swoją funkcjonalność należy wymienić na analogiczne, pochodzące z tego samego źródła co wyrób.

Zabrania się samodzielnej ingerencji w konstrukcję wyrobu oraz wykorzystywania elementów pochodzących z innych źródeł.