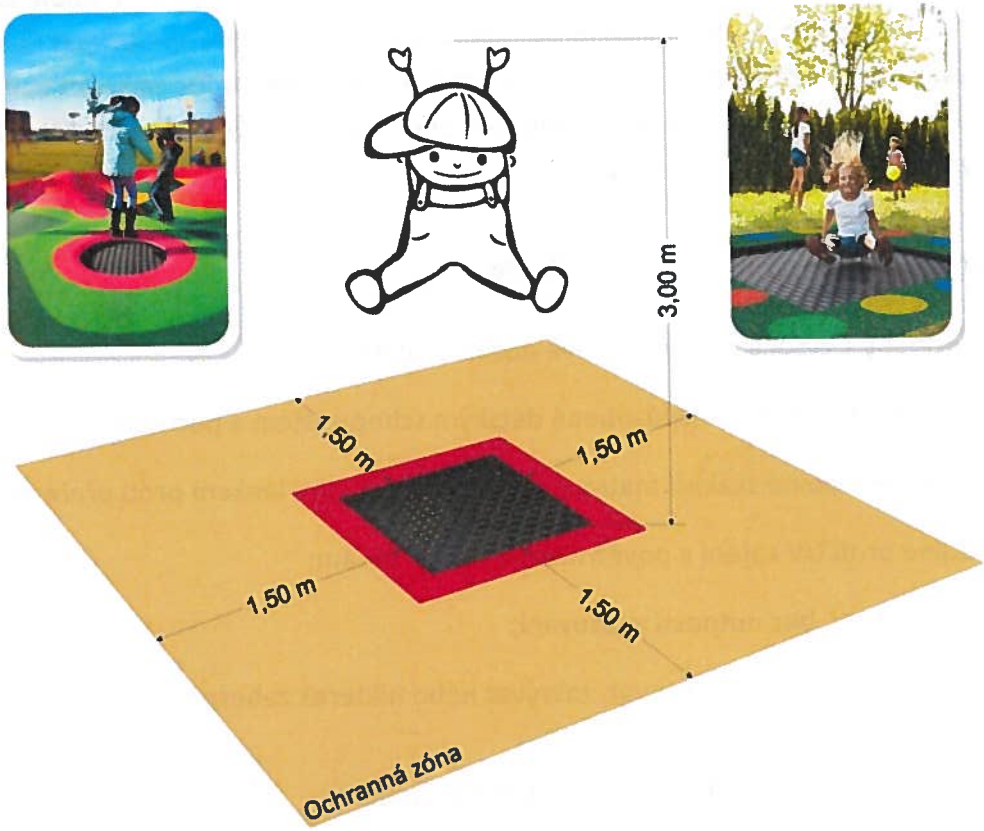
03 Bezpečnostní prostor kolem trampolínky :

Nad trampolínou by měl být **nejméně 3,00 m volný prostor** (žádné větve, el. vedení atd.)
Kolem trampolíny by měl být zohledněn volný prostor ještě **nejméně 1,5 m.**



04 Z důvodu bezpečné zábavy na trampolíně, je nutné dodržovat následující pravidla :

- Skákání je povoleno vždy **pouze pro jednu osobu** v jeden okamžik. Při nedodržení tohoto pravidla vzniká značné riziko úrazu.
- Je nutné první skoky na trampolíně udělat pomalu a opatrně tak, aby dotyčný zjistil, jakou silou trampolína pruží.
- Je nutno brát v potaz své kondiční a motorické schopnosti.
- Schopnost rovnováhy při skákání je nutné si postupně získat.
- Jsou zakázány nekoordinované skoky, protože může dojít k pádům na hlavu nebo zátylek a tím i k ohrožení života.
- Trampolínu smí používat pouze jedna osoba. Pro skákání jednotlivých osob nejsou žádná hmotnostní omezení.