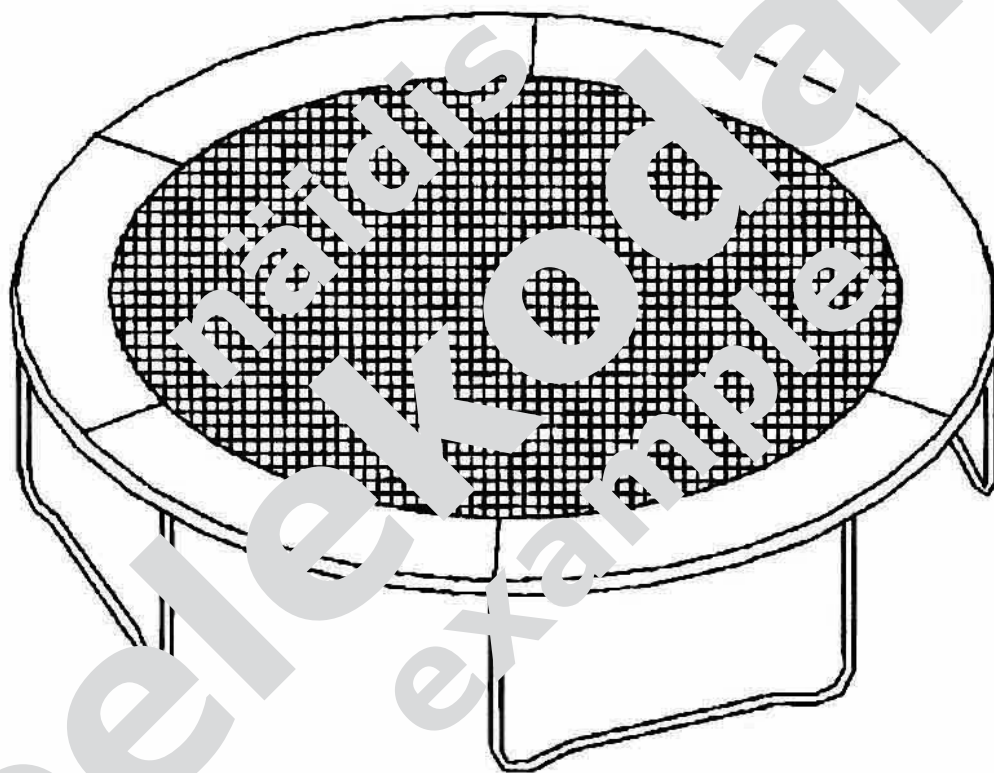




EST LAT LIT



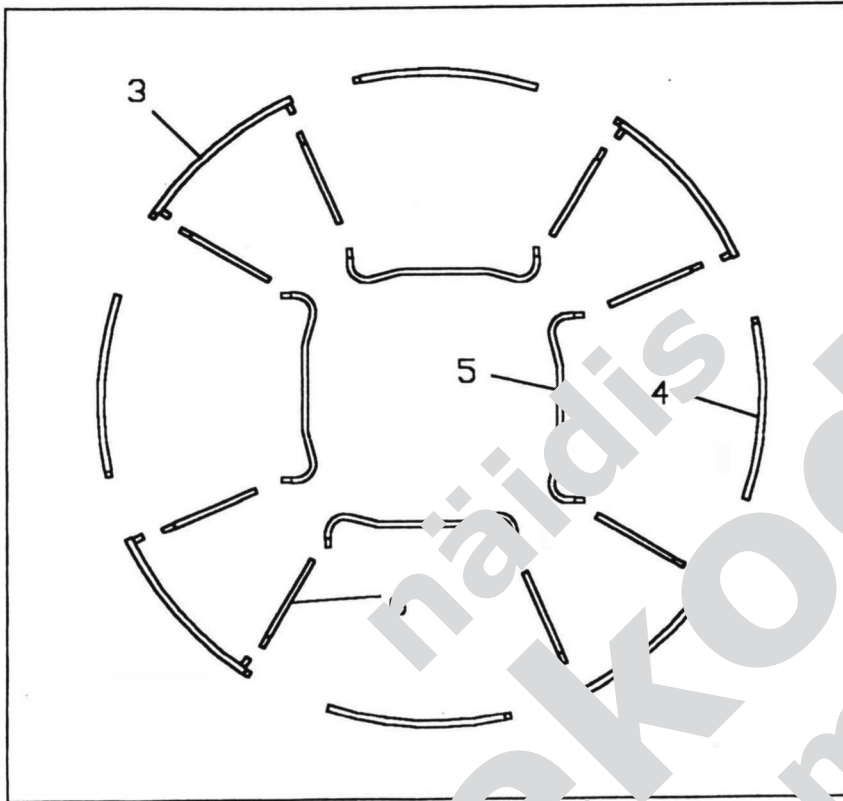
**KASUTUSJUHEND  
LIETOŠANAS INSTRUKCIJA  
NAUDOJIMO INSTRUKCIJA**

**EST**

**ÄRGE UNUSTAGE KOKKUPANEKU AJAKS KINDAID KÄTTE PANNA. BATUUDI KOKKUPANEMISEKS ON VAJA VÄHEMALT KAHT INIMEST.**

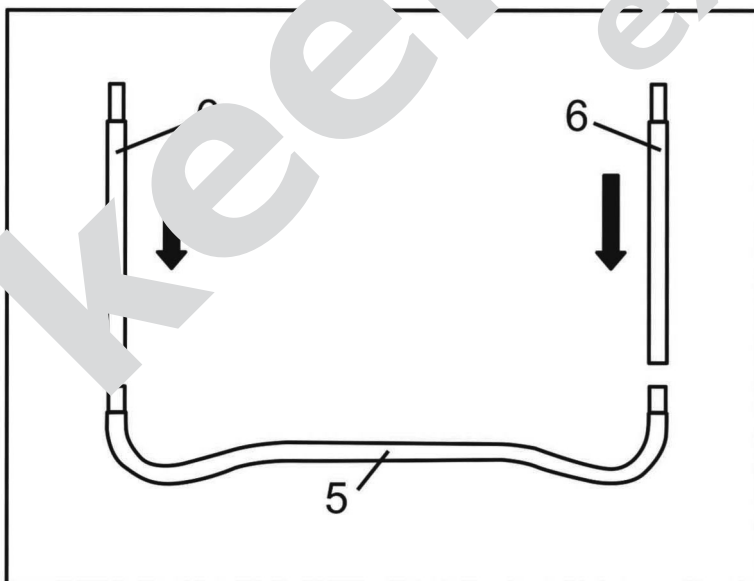
1. ETAPP: raamiosade kokkukogumine

Raami kokkupanemiseks on vaja kõiki 20 terastoru. Kõik sama numbriga osad on ühesugused ja omavahel vahetatavad. Raami kokkupanekuks pange toru peenem ots jämedama otsa sisse, nagu joonisel näidatud.



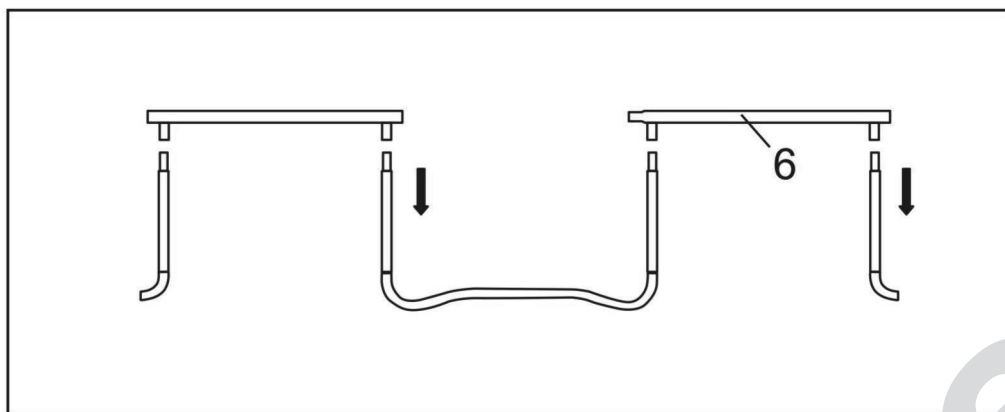
- A. Pange kõik raami osad joonisel näidatud viisil ringikujuliselt kokku.
- B. Teil peavad olla järgmised osad:
- 3 HJ803 (4 tk)
  - 4 HJ802 (4 tk)
  - 5 HJ801 (4 tk)
  - HJ804 (4 tk)

2. ETAPP: jalgade kokkupanek

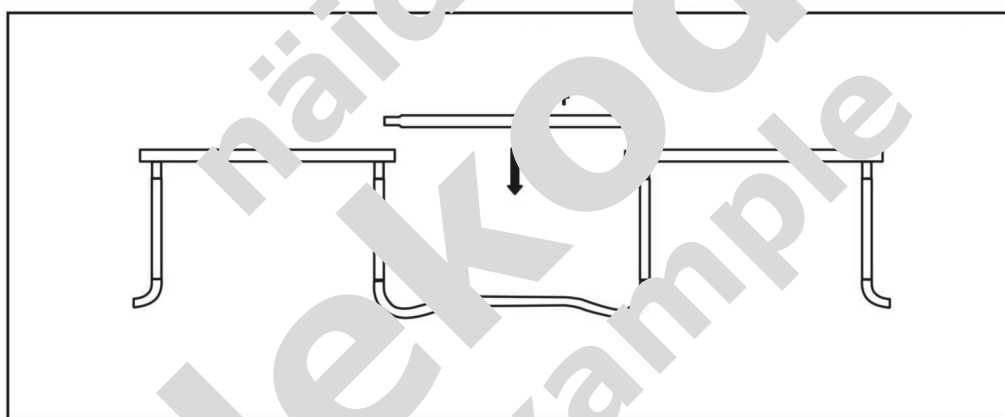


- A. Lükake vertikaalsed jalatorud (6) joonisel näidatud viisil horisontaalsete jalatorude (5) otsa.

### 3. ETAPP: raami kokkupanek



- A. Selle kokkupanekuetapi teostamiseks on vaja kaht inimest. Üks tõstab 2. etapi käigus kokkupandud jalakonstruktsiooni püsti ja paneb raamiosa (6) külile, teine va kinnitab jalakonstruktsiooni otsa sisse. Teine hoiab kinni raamiosa teise otsa, teine ühendab teise kinniti teise jalaga. Nüüd peaks olema kaks jalakonstruktsiooni ühendatud ühe raamiosaga.



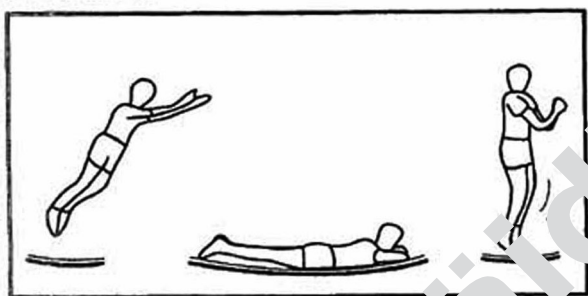
- B. Nüüd võite ülejäänud raamiosa (4) paigaldada teiste vahele.

## ISTEHÜPE



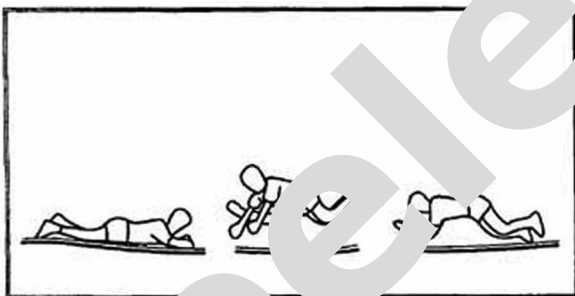
1. Maanduge isteasendisse, jalad sirged.
2. Hoidke käsi sirgelt külgedel. Ärge sirutage küünarliigest lõpuni välja.
3. Tõugake end kätega seisuasendisse.

## KÕHULIHÜPE



1. Alustage madala tavahüpnega.
2. Maanduge kõhuliasendisse.
3. Tõugake end kätega seisuasendisse.

## 180° PÖÖRE



1. Alustage kõhuliasendist.
2. Tõugake parema või vasaku käega (võib ka tulenevalt sellest, kummale poole soovite keerata).
3. Keerake pead ja õlavööd samas suunas ning hoidke keha hüppevõrguga paralleelne ja pea püsti.
4. Maanduge kõhuliasendisse ning tõugake end kätega seisuasendisse.

## HÜPPAMINE!

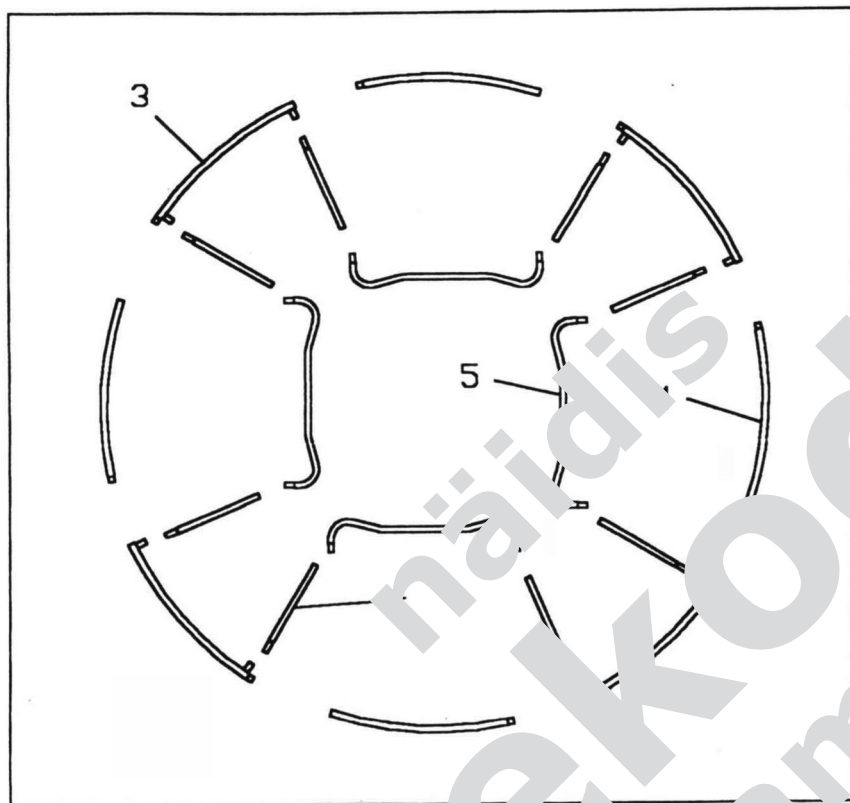
ALUSTAGE HÜPPAMIST ALATI HÜPPEVÕRGU KESKELT. KUI MAANDUTE HÜPPEVÕRGU KESKKOHAST ÜLE 30 CM KAUGUSELE, LÕPETAGE HÜPPAMINE OTSEKOHE! ALUSTAGE HÜPPEID UUESTI HÜPPEVÕRGU KESKELT.

LAT

## NEAIZMIRSTIET UZSTĀDĪŠANAS LAIKĀ UZVILKT CIMDUS! BATUTA UZSTĀDĪŠANAI IR NEPIECIEŠAMI VISMAZ DIVI CILVĒKI.

### 1. POSMS: rāmja daļu savākšana kopā

Rāmja salikšanai nepieciešamas visas 20 tērauda caurules. Visas ar vienādu kodu apzīmētās detaļas ir vienādas un savstarpēji maināmas. Rāmja salikšanai iebīdiet caurules tievāko galu platākajā, kā parādīts attēlā.

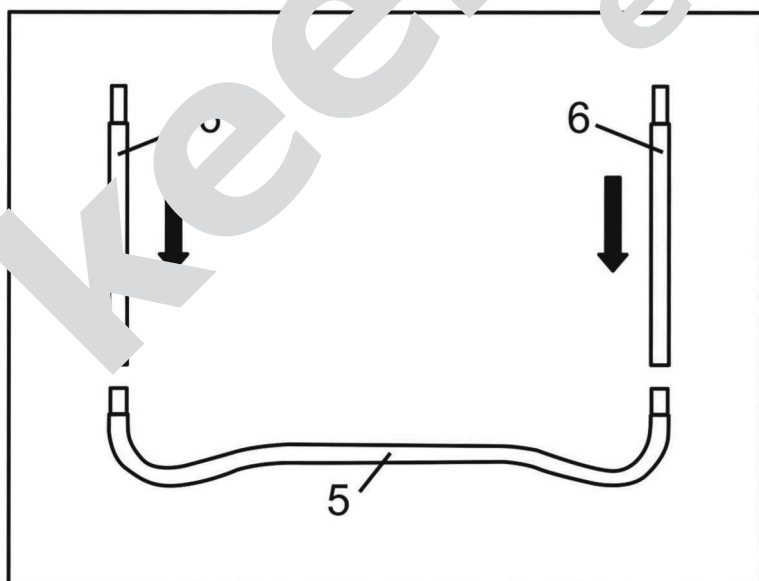


A. Novietojiet rāmja daļas uz zemes, kā parādīts 1. attēlā.

B. Komplektā jābūt šādām detaļām:

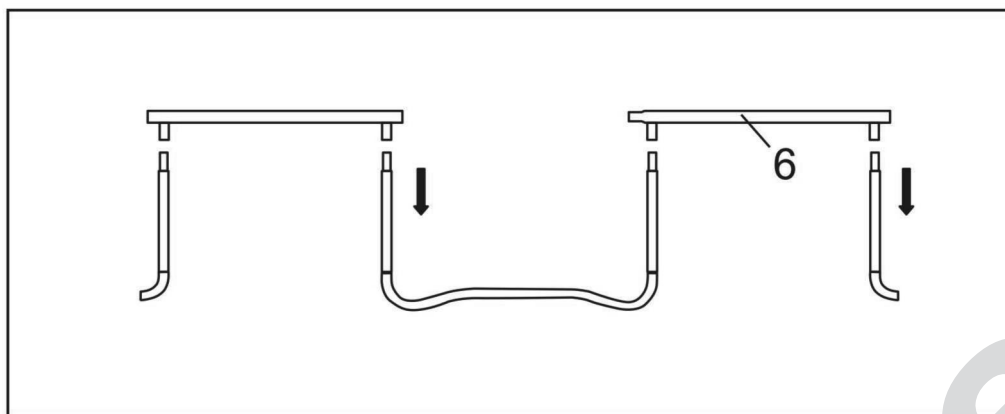
- 3 HJ803 (4 gab.)
- 4 HJ802 (4 gab.)
- 5 HJ801 (4 gab.)
- 6 HJ805 (4 gab.)

### 2. POSMS: kāju salikšana

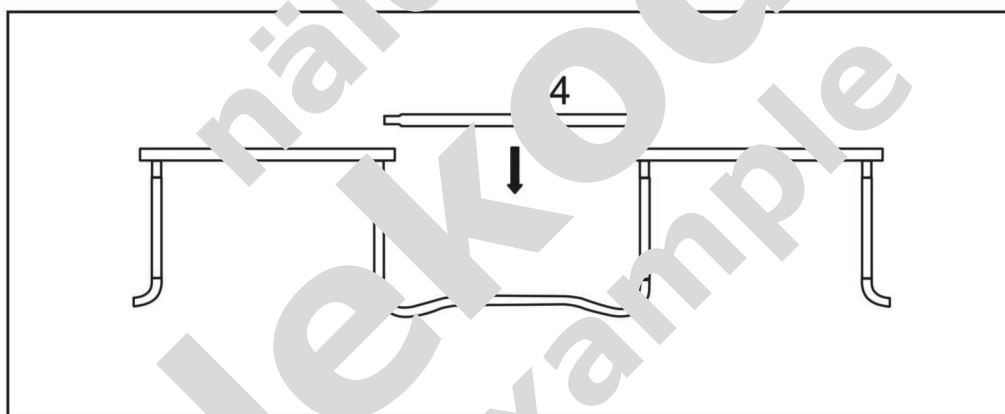


A. Uzbīdiet vertikālās kāju caurules (6) uz horizontālajām kāju caurulēm (5), kā parādīts attēlā.

### 3. POSMS: rāmja salikšana

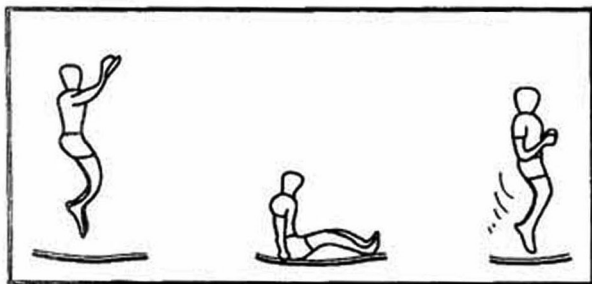


A. Šī posma veikšanai ir vajadzīgi divi cilvēki. Viens paceļ 2. posma gaitā kopā salikto kāju konstrukciju vertikālā pozīcijā un ievieto pie rāmja daļas (6) esošajā stiprinājumā. Otrā kāju konstrukcijas vienā galā. Otrs cilvēks tur rāmja otru daļu un savieno ar rāmja daļas otru stiprinājumu ar otru kāju. Tagad jābūt divām kāju konstrukcijām savienotām ar vienu rāmja daļu.



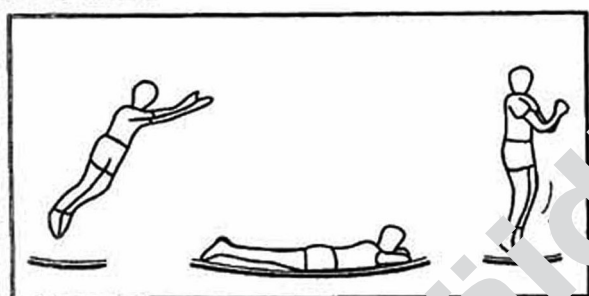
B. Tagad varat četrus cilvēkus rāmja daļas (4) uzstādīt citu starpā.

## LĒCIENS SĒDUS



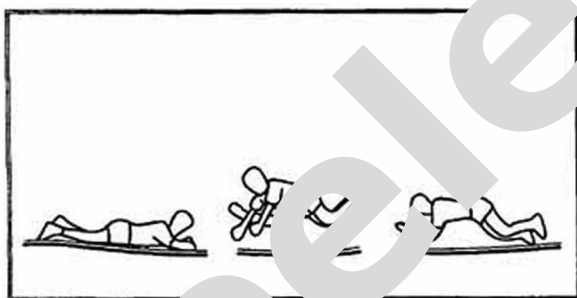
1. Piezemējieties sēdus pozīcijā, kājas taisnas.
2. Turiet rokas pie sāniem, taisni. Neiztaisnojiet elkoņus līdz galam.
3. Uzsviediet sevi ar roku palīdzību stāvus pozīcijā.

## LĒCIENS UZ VĒDERA



1. Sāciet ar zemu parastu lēcieni.
2. Piezemējieties uz vēdera (rokas priekšā).
3. Uzsviediet sevi ar roku palīdzību stāvus pozīcijā.

## PAGRIEZIENS PAR 180°



1. Sāciet pozīcijā uz vēdera.
2. Pieņemieties ar labo vai kreiso roku (atkarībā no tā, uz kuru pusi vēlaties pagriezties).
3. Pagrieziet galvu un plecus tajā pašā virzienā, turiet muguru paralēli lēkšanas tīklam un galvu augšā.
4. Piezemējieties pozīcijā uz vēdera un uzsviediet sevi ar roku palīdzību stāvus pozīcijā.

## BRĪDĪJUMS!

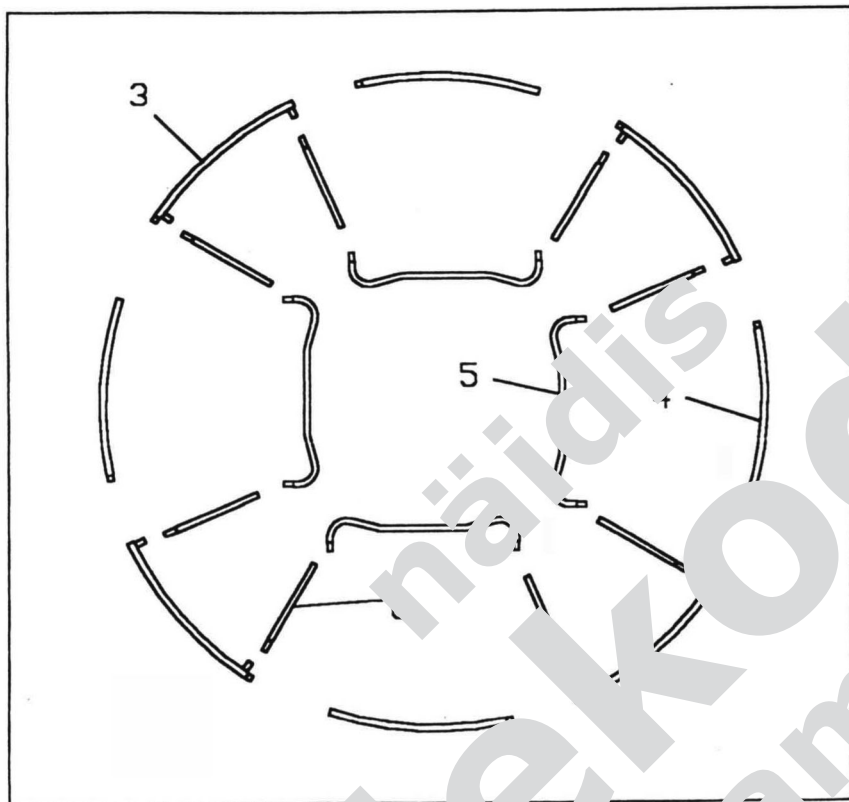
SĀCIET LĒKŠANU VIENMĒR NO BATUTA TĪKLA VIDUS. JA PIEZEMĒJATIES VAIRĀK NEKĀ 30 CM ĀRPUS BATUTA VIDUS, TŪDAĻ PĀRTRAUCIET LĒKŠANU! ATSĀCIET LĒKŠANU ATKAL NO BATUTA TĪKLA VIDUS.

LIT

## SURINKIMO METU NEPAMIRŠKITE MŪVĖTI PIRŠTINIŲ. BATUTĄ SURINKTI TURI MAŽIAUSIAI DU ŽMONĖS.

### 1 ETAPAS: rėmo dalių surinkimas

Rėmo surinkimui reikia 20 plieninių vamzdžių. Tuo pačiu numeriu pažymėtos dalys yra vienodos, jas galima keisti tarpusavyje. Norėdami surinkti rėmą, vamzdžio plonesnį galą įkiškite į storesnį galą taip, kaip pavaizduota paveikslėlyje.

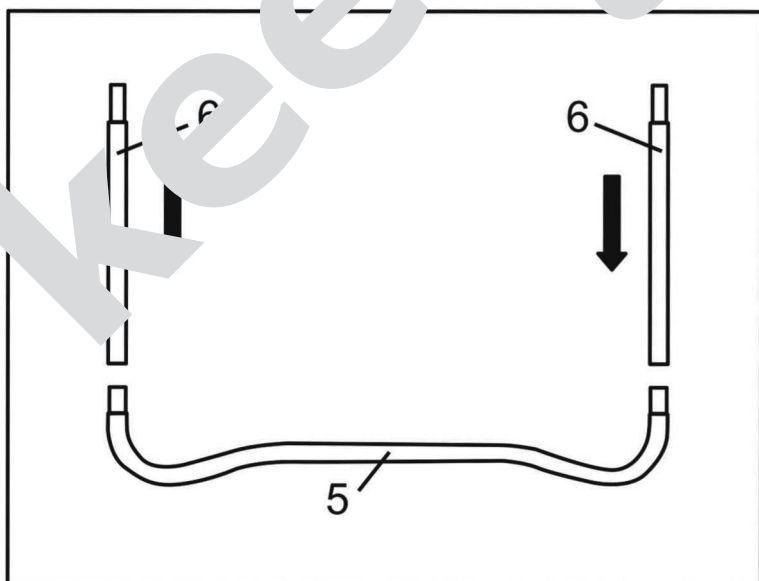


A. Visas rėmo dalis sudėkite kartu ant pagrindo.

B. Jums prireiks šių dalių:

- 3 HJ803 (4 vnt.)
- 4 HJ802 (4 vnt.)
- 5 HJ804 (4 vnt.)
- 6 HJ801 (8 vnt.)

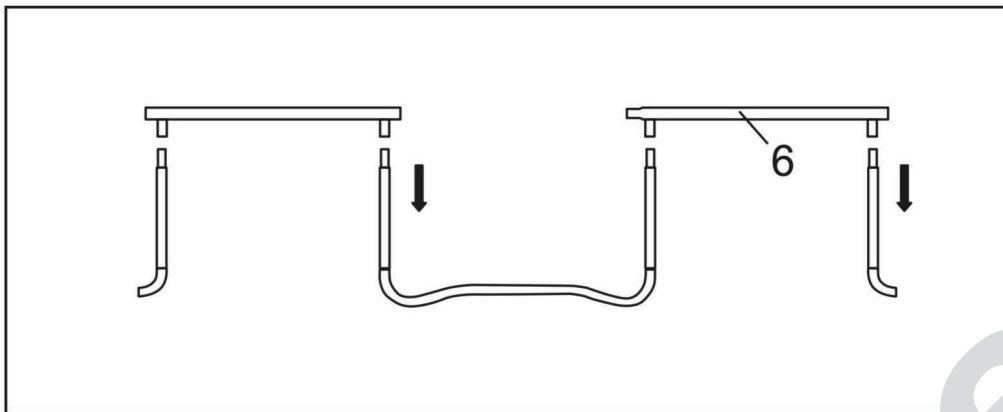
### 2 ETAPAS: atramų surinkimas



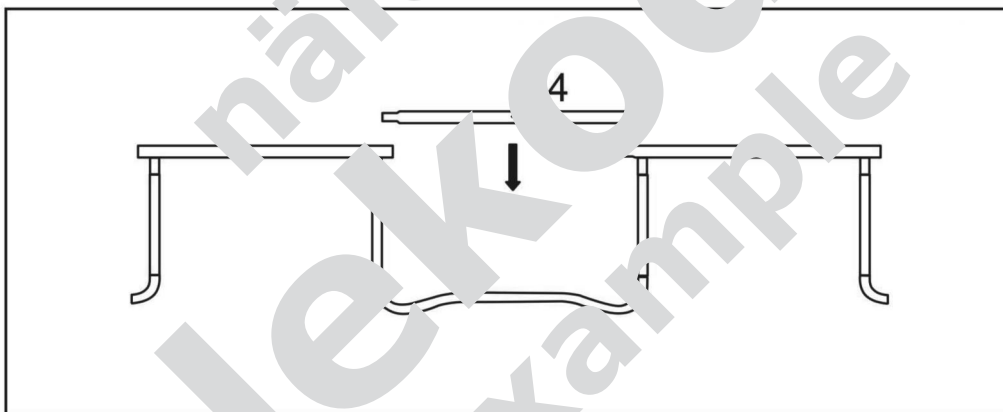
A. Paveikslėlyje pavaizduotu būdu vertikalius atramos vamzdžius (6) įkiškite į horizontalius atramos vamzdžius (5).



### 3 ETAPAS: rėmo surinkimas



- A. Šiam surinkimo etapui reikalingi mažiausiai du žmonės. Vienas prilaikys 2 etape surinktą atramos konstrukciją ir įkiša prie rėmo dalies (3) esančią atramos tvirtinimo detalę į atramos konstrukciją. Antras laiko kitą rėmo dalies puse ir sujungia ją tvirtinimo detalę su atrama. Šiame etape dvi atramos konstrukcijos turi būti sujungtos viena rėmo dalimi.



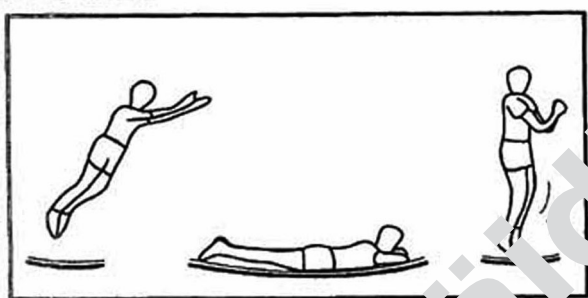
- B. Dabar galite likusius keturis be tvirtinimo detalių rėmo dalis (4) pritvirtinti prie surinktų rėmo dalių.

## ŠUOLIS SĖDINT



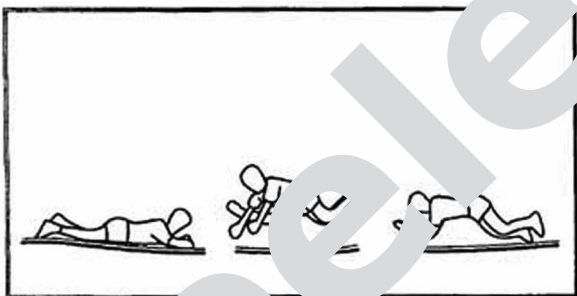
1. Atsisėskite, kojas ištieskite.
2. Rankas prispauskite prie šonų. Rankos turi būti šiek tiek sulenktos.
3. Atsispyrę rankomis pašokite į stovimą padėtį.

## ŠUOLIS ANT PILVO



1. Šuolį pradėkite taip, kaip paprastą šuolį.
2. Nusileiskite ant pilvo, rankos turi būti ištiestos į priekį.
3. Atsispyrę rankomis pašokite į stovimą padėtį.

## APSISUKIMAS 180° KAMPU



1. Šuolį pradėkite iš gulimos padėties.
2. Atsispyrinkite dešine ar kaire ranka (priklausomai nuo to, į kurią pusę norite suktis).
3. Galvą ir pečių juostą sukite ta pačia kryptimi, kūnas turi būti lygiagrečiai su tentu, o galva pakelta.
4. Nusileiskite ant pilvo, atsispyrę rankomis pašokite į stovimą padėtį.

## DE. ŠUOLIO!

ANT BATUTO PRADĖKITE ŠOKINĖTI NUO ATSPIRDAMI CENTRO. JEI NUSILEIDŽIATE TOLIAU NEI 30 CM NUO BATUTO CENTRO, NEDELSIANT BAIKITE ŠOKINĖTI! ANT BATUTO VĖL PRADĖKITE ŠOKINĖTI NUO CENTRO.