

Email: support@bcan.fit

USER MANUAL

CONTENTS

01-02
ABOUT US

03-04
OUR CULTURE

05
WARNING

06
DAILY INSPECTION BEFORE USING

07-08
CAUTIONS

09-11
TRAMPOLINE PARTS LIST

12
ELASTRIC STRENGTH &
BUNGEE CORD QUANTITY

13
BODY WEIGHT &
RECOMMENDED ELASTIC STRENGTH

14
PRE-INSTALLATION INSPECTION

15-21
ASSEMBLY INSTRUCTIONS

22
Q&A

23
MAINTENANCE

24
WARRANTY COVERAGE



Scan me for assembly video

INHALT

25-26 ÜBER UNS

27-28 UNSERE KULTUR

29 WARNUNG

30 TÄGLICHE INSPEKTION VOR GEBRAUCH

31-32 VORSICHTSMASSNAHMEN

33-35 TRAMPOLIN ERSATZTEILLISTE

36
ELASTISCHE STÄRKE &
BUNGEE-SEIL-MENGE

37
KÖRPERGEWICHT &
EMPFOHLENE ELASTIKSTÄRKE

38
INSPEKTION VOR DER INSTALLATION

39-45
MONTAGEANLEITUNG

46
FRAGEN &
ANTWORTEN

47
WARTUNG

48
GARANTIEABDECKUNG



Scanne mich für das Montagevideo

INHALT

49-50
À PROPOS DE NOUS

51-52
NOTRE CULTURE

53
WARNUNG

54
INSPECTION QUOTIDIENNE AVANT UTILISATION

55-57
PRÉCAUTIONS

58-59
LISTE DES PIÈCES DE TRAMPOLINE

60
FORCE ÉLASTIQUE ET QUANTITÉ DE CORDE ÉLASTIQUE

61
POIDS CORPOREL & FORCE ÉLASTIQUE RECOMMANDÉE

62
INSPECTION AVANT INSTALLATION

63-69
INSTRUCTIONS DE MONTAGE

70
QUESTIONS ET RÉPONSES

71
MAINTENANCE

72
COUVERTURE DE GARANTIE



Scannez-moi pour la vidéo de montage

ABOUT US

BCAN was formally established in 2019, we are deeply involved in the field of trampolines. BCAN stands on the principle that exercise should be a delightful experience, not a mundane routine. We strive to make fitness a seamless part of daily life, merging playfulness with practicality in our designs. Each trampaline is a product of meticulous craftsmanship, designed to ensure safety. durability, and a high-quality bounce.







Fitness Trampolines




OUR CULTURE

VISION

Blend fun with fitness in a way that resonates with every home. Our founder realized that many people crave a workout that's both effective and enjoyable which led to the creation of BCAN mini trampolines.

RESPONSIBILITY

Sustainability is at our core. We employ eco-friendly practices and materials, mindful of our environmental footprint. As we look to the future, we continue to innovate and hope to give back to society.

JUMP INTO JOY

BCAN invites you to rediscover the joy of movement. Jump into a world where fitness meets fun - one bounce at a time. Welcome to BCAN, where every jump is a step towards a healthier, happier you.


Jump into action with the BCAN Mini Trampoline!
14:28
bcantrampolines
BCAN
416 posts
4,390 followers
1 following
BCAN Fitness Trampolines
Leap. Energize. Transform.
Elevate your fitness game with BCAN!
Let's bounce to a healthier you!
#bcantrampolines #bcanrebounder... more
linktr.ee/bcantrampolines
Follow
Message
Email
Trampoline Workout
Search
Bro, you're a middle aged women who will do anything but go to the gym
1,345
Spring Sale - foldable mini Trampoline
2024-12-4
3 sets of horsing around. I thought this reboundeelmini trampoline was 5... more
Creator earns commission
Search · bcan 40 inch rebounder
I HAVE
#Bcanrebounder
@fitnessathome.official

WARNING



No flips or somersaults!



Do not exceed weight limit
Dynamic load-bearing 40" (102cm): 400lbs (180KG); 48" (122cm): 450lbs (205KG)
Static load-bearing: 500lbs (227KG)



Remove all sharp obiects before jumping!



ONLY one user at a time!



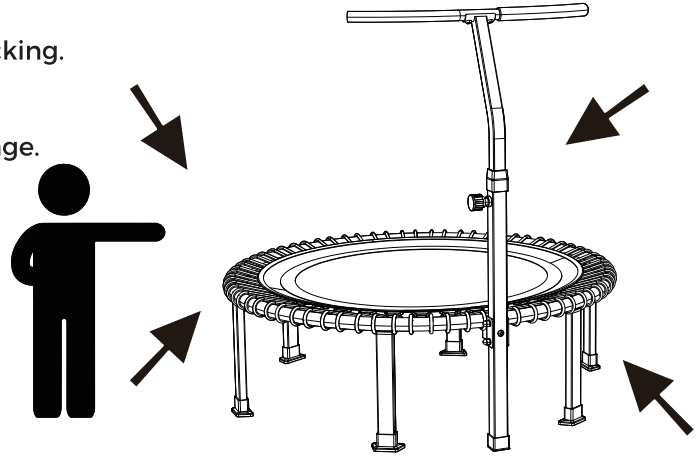
Do not use if you were injured!



Do not use if you are pregnant!

Daily Inspection Before Using

- Check the legs for tightness and any signs of cracking.
- Examine the bungee cords for looseness or damage.
- Inspect the frame for any twisting or cracking.
- Inspect the mat and its stitching for tears.



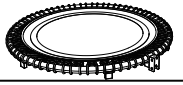
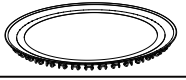
CAUTIONS

Consult your physician before starting this or any exercise program. Especially if you are over 35, have never exercised before, are pregnant, or have any health conditions. To help reduce the risk of serious injury, please read all safety instructions carefully before using the BCAN Soft Land Pro Trampoline.

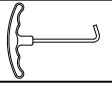
1. Before each use, carefully inspect the trampoline for bent tubes, a torn mat, loose or damaged bungee cords, and check the overall stability.
2. Before starting this or other exercise or diet program, consult your physician. If you experience dizziness, nausea, chest pain, back pain, or any unusual symptoms, stop immediately and seek medical attention.
3. Misuse or abuse of the trampoline may result in serious injury or death.
4. This product is for adults only. Users should read and understand all warnings and safety instructions before using the trampoline.
5. Do not consume alcohol or drugs before using the trampoline.
6. Do not smoke, eat, drink, chew gum, or hold objects while using the trampoline.
7. Maximum dynamic weight capacity: 40" (102cm) trampoline: 400lbs (180KG); 48" (122cm) trampoline: 450lbs (205KG).
8. Maximum static weight capacity: 500lbs (227KG).

9. Halt bouncing by bending knees upon landing. Master this skill first.
10. Keep bounces low and controlled. Always land in the center.
11. Ensure at least 10ft overhead clearance from ground to top (clear of wires, ceiling fans, hazards).
12. Position the trampoline at least 6ft/1.8m away from walls, furniture, or other objects.
13. Only one user at a time; multiple users may result in serious injury.
14. Keep the trampoline clear of objects, pets, and children during use.
15. Do not wear hard-soled shoes, such as tennis shoes, while using the trampoline.
16. Do not use the trampoline if it is wet, damaged, dirty, or worn out.

Trampoline Parts List

BCAN Fitness Trampolines			40″ (102cm)	48″ (122cm)
#1		Trampoline Frame(Includes Pre-Assembly #2 & #3)	1 pc	1 pc
#2		Jumping Mat	1pc	1pc
#3		Bungee Cord - 8mm (Black)	36pcs+2 spare	42pcs+2 spare
#4		Bungee Cord - 9mm (Green)	20pcs+2 spare	24pcs+2 spare
#5		Frame Leg	6pcs	6pcs
#6		Handrail Leg	1pc	1pc
#7		Handrail Support	1pc	1pc
#8		Handle Bar with Foam	1pc	1pc

BCAN Fitness Trampolines			40″ (102cm)	48″ (122cm)
#9		Adjustment Knob	1pc	1pc
#10		M8*16 Screw	6pcs	6pcs
#11		Φ8 Spring Washer	9pcs	9pcs
#12		D8 Flat Washer	9pcs	9pcs
#13		M8*55 Bolt	2pcs	2pcs
#14		M8 Screw Nut	2pcs	2pcs
#15		M8*50 Bolt	1pc	1pc
#16		M8*12 Screw	2pcs	2pcs

BCAN Fitness Trampolines			40″ (102cm)	48″ (122cm)
#17		T-hook	1pc	1pc
#18		Wrench	1pc	1pc
#19		Screwdriver	1pc	1pc
#20		Triangle Tool	1pc	1pc
#21		Silicone Cover	1pc	1pc

Note: Comes with two sets of bungee cords, and you can choose the best combination according to your needs and preferences.

Elastic Strength & Bungee Cord Quantity

#3 = 8mm Black Bungee Cord
#4 = 9mm Green Bungee Cord

40″ (102cm)	#3 x 36	#3 x 32 & #4 x 4	#3 x 28 & #4 x 8	#3 x 24 & #4 x 12	#3 x 20 & #4 x 16	#3 x 16 & #4 x 20	
	Soft	Soft	Medium	Medium	Strong	Extra Strong	
48″ (122cm)	#3 x 42	#3 x 38 & #4 x 4	#3 x 34 & #4 x 8	#3 x 30 & #4 x 12	#3 x 26 & #4 x 16	#3 x 22 & #4 x 20	#3 x 18 & #4 x 24
	Soft	Soft	Medium	Medium	Strong	Extra Strong	Extra Strong

Body Weight & Recommended Elastic Strength

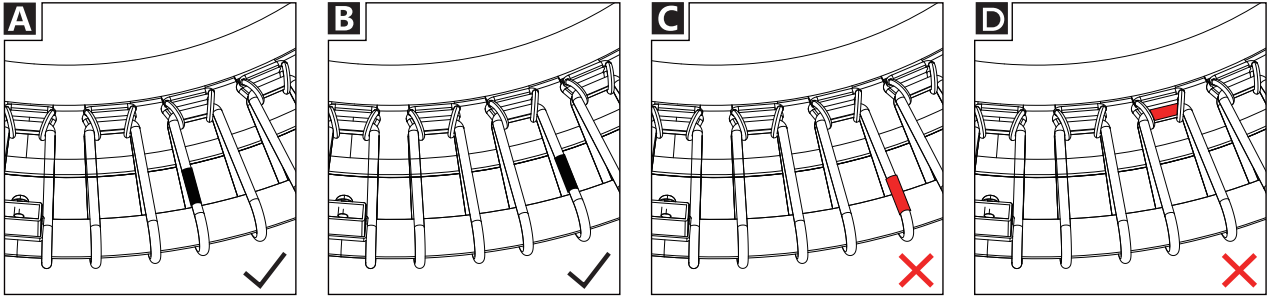
WEIGHT	SOFTER BOUNCE	NORMAL BOUNCE	FIRMER BOUNCE
Up to 90LBS (40KG)	Soft	Soft	Medium
91-120LBS (40-55KG)	Soft	Medium	Medium
121-150LBS (55-68KG)	Medium	Medium	Strong
151-190LBS (68-86KG)	Medium	Strong	Strong
191-230LBS (86-105KG)	Strong	Strong	Strong
231-270LBS (105-122KG)	Strong	Extra Strong	Extra Strong
271-330LBS (122-150KG)	Extra Strong	Extra Strong	Extra Strong
331-400LBS (150-180KG)	Extra Strong	Extra Strong	Extra Strong
401-450LBS (180-205KG)		Extra Strong	

Pre-installation Inspection

- **Check Metal Clip Position**

  Metal clips must be attached ONLY to the correct position (Fig. A&B).

  DO NOT let clips touch the frame tubing (Fig. C) or hook onto the inside of the mat's metal hooks (Fig D). This can damage parts or cause failure. Please refer to pages 20-21 for instructions on adjusting the bungee cords.



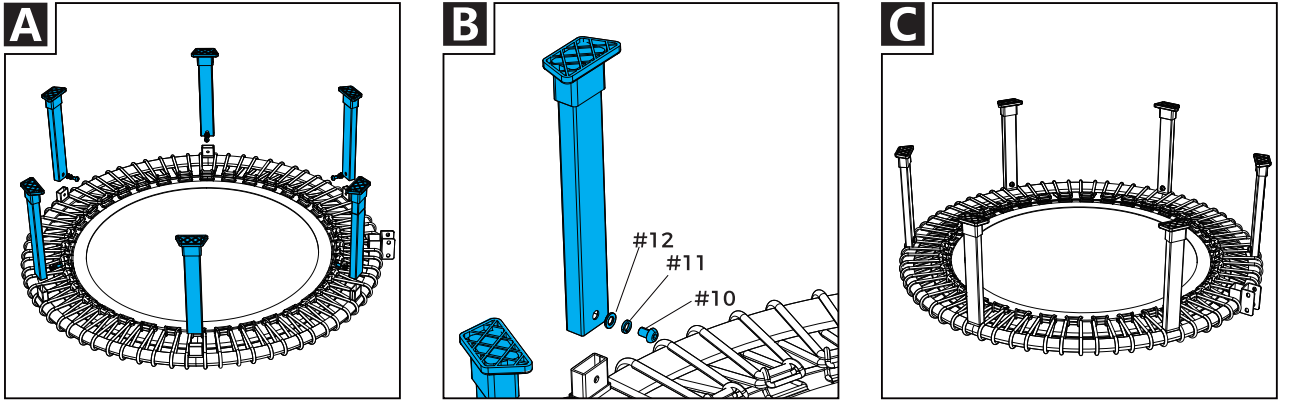
- **Verify Both Sets of Bungees Are Evenly Distributed.**

  If installing both sets yourself, ensure they are evenly distributed. For detailed installation steps, refer to Page 15-21 .

Assembly Instructions

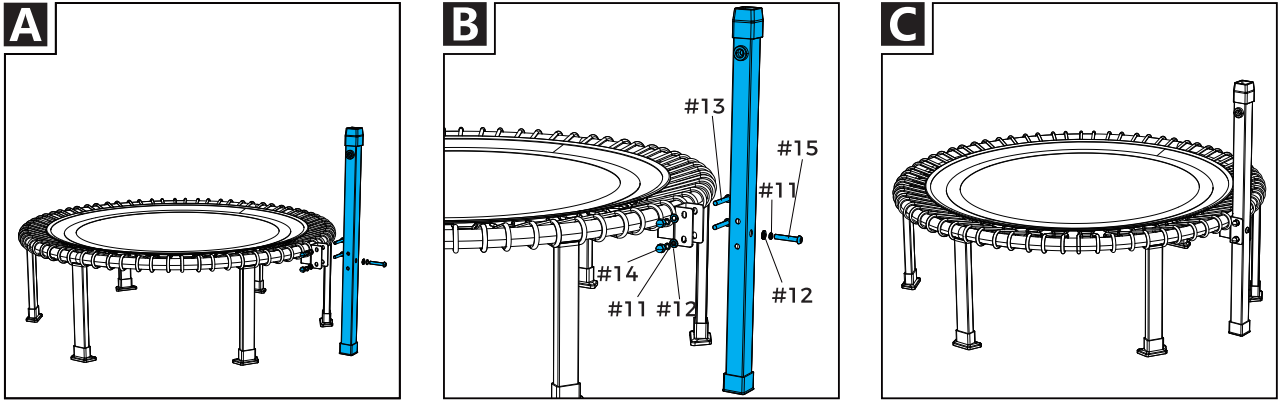
Step 1: Install the Legs

Attach the Legs (#5) to the frame, and secure them firmly with M8*16 Screw (#10), Spring Washer (#11) and Flat Washer (#12).



Step 2: Install the Handrail Leg

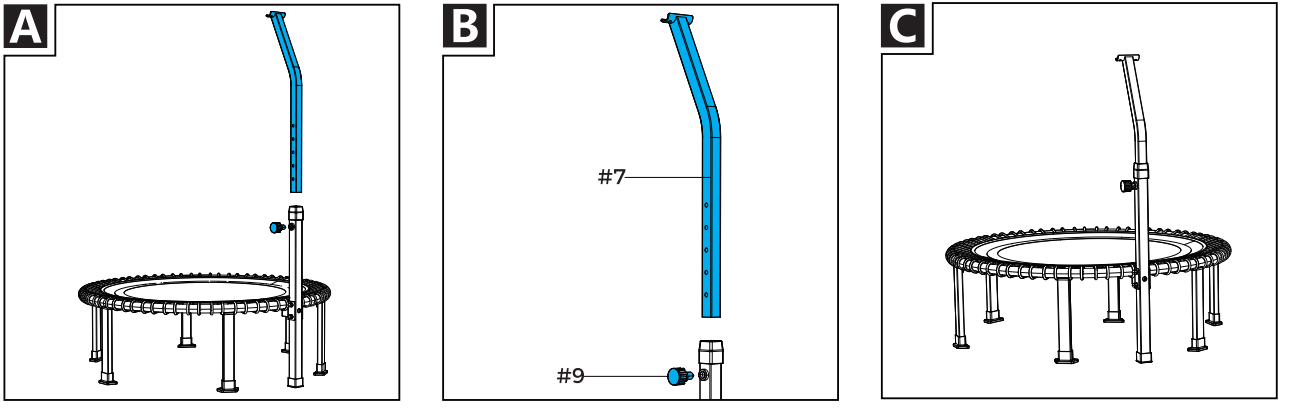
Attach the handrail leg (#6) to the frame, and secure it using M8*50 bolt (#15), M8x55 bolts (#13), M8 nuts (#14), Spring washers (#11) and Flat Washers (#12).



Step 3: Install the Handrail Support

Attach the handrail support (#7) to the handrail leg, and secure it firmly using the adjustment knob (#9).

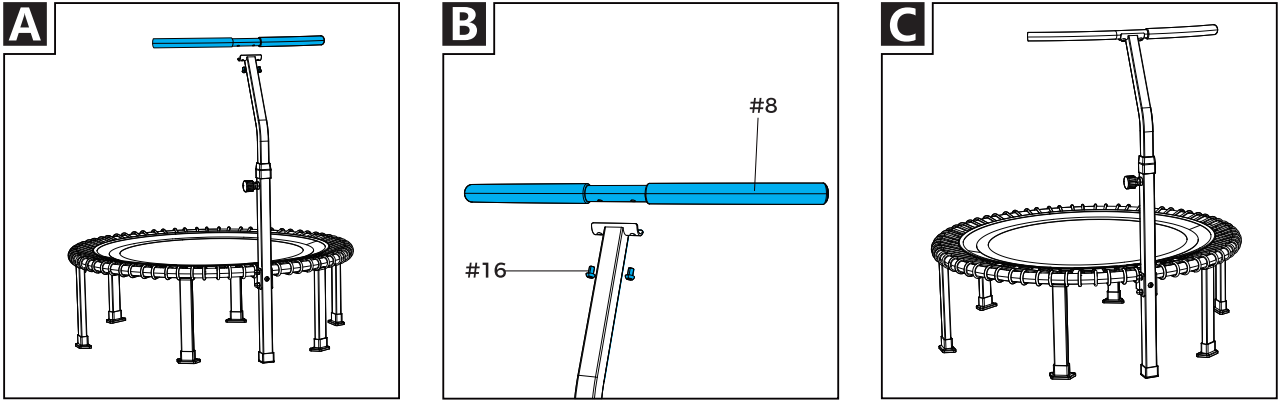
Note: To adjust the handrail height, pull out the adjustment knob and move the handrail up or down to the desired position.



Step 4: Install the Handle Bar

Assemble the Handle Bar (#8) to the handrail support and secure using M8*12 Screws (#16).

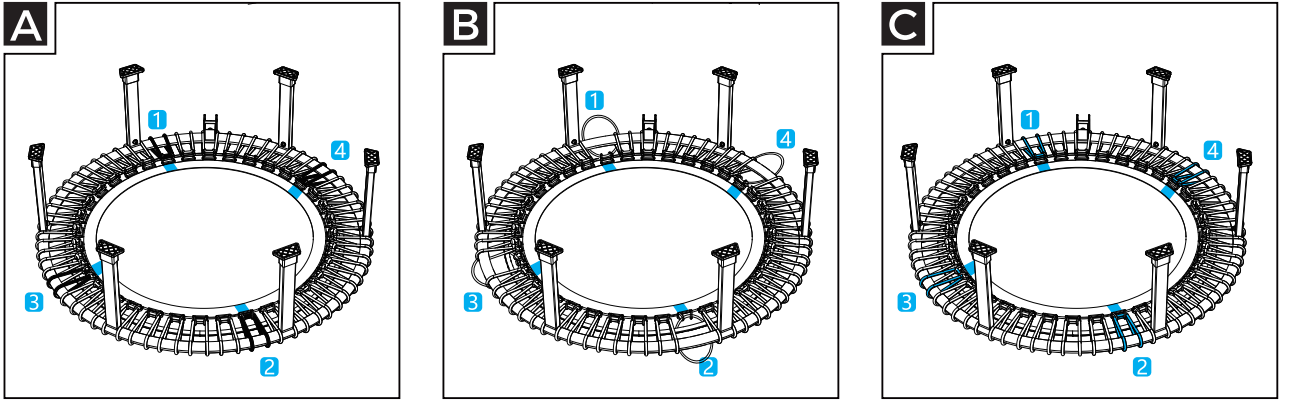
Now, the assembly of your BCAN fitness trampoline (with handle bar) is complete.



WARNING: The handrail is designed for balance support only. Do not put your full body weight on the handrail, as this may cause tipping.

How To Install / Replace The Bungee Cords

1. Confirm Bungee Cord Configuration

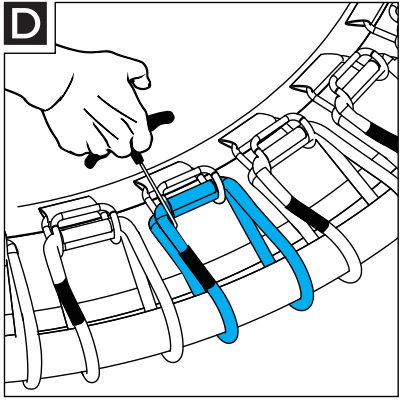


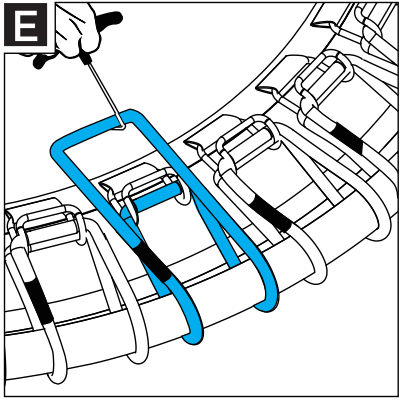
• Refer to the page 12-13, choose desired tension level, and confirm the number of 8mm and 9mm bungee cords that correspond to your selected configuration.

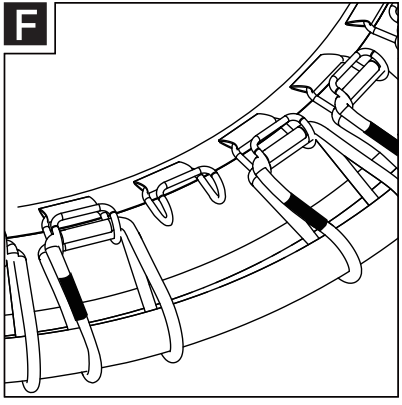
(Pre-installed 8mm · Optional 9mm Upgrade)

It will be clearer to watch the installation video, please scan the QR code below.

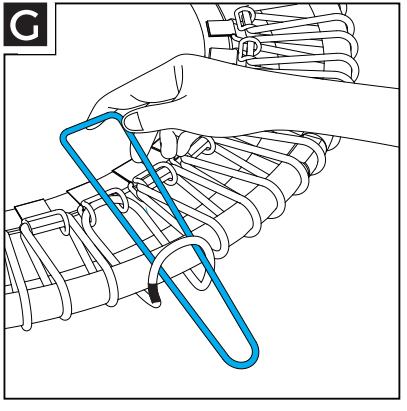
2. Remove & Install Bungee Cords

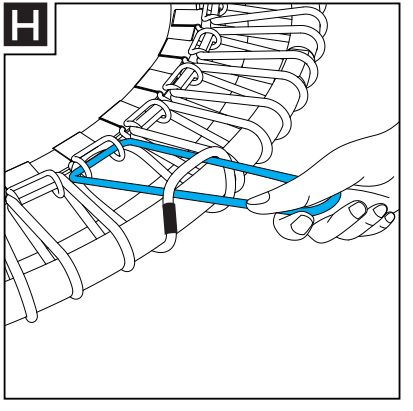


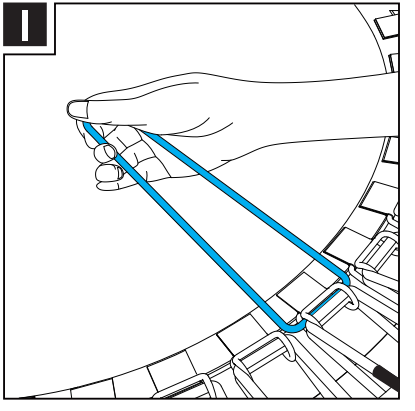




• Remove the 8mm bungee cords diagonally as shown in Figures A-C. For detailed removal instructions, refer to Figures D–F or scan the QR code.







• Install the 9mm bungee cords until all bungee cords are securely in place. For detailed installation instructions, refer to Figures G-I or scan the QR code.

Q&A

Q1: What if the bungee cords snap or the jump mat tears?

A1:These parts are normal wear items. For safety: Bungee cords and jump mat need replacing 6 -12months. If you need replacements, just contact our support team at [support@bcan.fit].

Q2: What if I'm missing parts or something is damaged?

A2: Contact us immediately at [support@bcan.fit]. Provide details on which part is missing or damaged, and include a photo if possible. We will send replacements as soon as possible.

Q3: What should I do if a leg feels uneven or loose?

A3: Legs may loosen over time. First try: Tighten the leg screws securely. If the leg remains loose or wobbles, stop using the trampoline and contact our support team at [support@bcan.fit] for replacement parts.

Q4: Why is my handrail shaking? How do I fix it?

A4: Minor handrail wobble is normal during use. If shaking becomes pronounced, firmly tighten all handrail bolts and nuts. If the issue persists, contact Customer Support at [support@bcan.fit]. Also, the handrail is designed for balance support only. Do not put your full body weight on it to prevent excessive wear or tipping.

Q5: What should I do if the size I ordered is too large/small?

A5: Please do not return items directly. Contact Customer Support at [support@bcan.fit] immediately for a prompt and satisfactory solution.

Maintenance

Performing regular maintenance helps prolong your trampoline's lifespan and reduces injury risks.

Essential Maintenance Steps:

- Pre-use Inspection: Always check the trampoline before use. Ensure all legs are securely locked.
- Damage Response: Stop using immediately if any part is damaged or worn; replace compromised parts.
- Bungee Cord Care: Inspect cords monthly for wear/deformation. Replace damaged cords promptly.
- Hardware Check: Tighten all screws and connections every 2 weeks to maintain stability.
- Cleaning: Wipe frames and mats with a damp cloth. Never use chemicals such as bleach or solvents.

Critical Hazards Requiring Immediate Attention:

⚠ Jump Mat Damage: Torn or severely worn fabric

⚠ Frame Failure: Bent/broken support tubes or joints

Warranty Coverage

We guarantee BCAN products to be free from defects in materialand workmanship under normal use and service conditions. The individual component parts of the trampoline arecovered by the following warranties for failures and workmanship defects:

Product Name	Warranty Period
Frame	1 Year
Jumping mat*	1 Year
Bungee cords*	6 Months
All other components	1 Year

Tips: Bungee cords and Jumping Mat are consumables and are recommended to be replaced every 6 months. Replacement of components limited to one instance.

Need Help?
Email: support@bcan.fit

Über uns

BCAN wurde offiziell im Jahr 2019 gegründet und ist tief im Bereich Trampoline engagiert. BCAN steht auf dem Prinzip, dass Bewegung ein erfreuliches Erlebnis sein sollte, nicht eine alltägliche Routine. Wir bemühen uns, Fitness zu einem nahtlosen Teil des täglichen Lebens zu machen und dabei Verspieltheit mit Praktikabilität in unseren Designs zu verbinden. Jedes Trampolin ist ein Produkt sorgfältiger Handwerkskunst, entworfen, um Sicherheit, Langlebigkeit und hochwertigen Sprungkomfort zu gewährleisten.







Fitness-Trampoline




UNSERE KULTUR

VISION

Verbinden Sie Spaß mit Fitness auf eine Weise, die jeden Haushalt anspricht. Unser Gründer erkennt, dass vielen Menschen der Spaß beim Training fehlt, daher bietet er die unterhaltsamste Option: unser brandneues BCAN Fitness-Trampolin.

VERANTWORTUNG

Nachhaltigkeit liegt uns sehr am Herzen. Wir setzen umweltfreundliche Praktiken und Materialien ein, stets unter Berücksichtigung unseres ökologischen Fußabdrucks. Wir werden unser Bestes tun, um Innovationen voranzutreiben und uns anzupassen, um der Gesellschaft etwas zurückzugeben.

SPRUNG IN DIE FREUDE

BCAN lädt Sie ein, die Freude an der Bewegung zu entdecken. Tauchen Sie ein in eine Sportart, bei der Fitness Spaß macht – ein Sprung nach dem anderen. Machen Sie sich auf den Weg zu BCAN, wo jeder einen Schritt in Richtung eines gesünderen Ichs macht!


Jump into action with the BCAN Mini Trampoline!
14:28
bcantrampolines
BCAN
416 posts
4,390 followers
1 following
BCAN Fitness Trampolines
Leap. Energize. Transform.
Elevate your fitness game with BCAN!
Let's bounce to a healthier you!
#bcantrampolines #bcanrebounder... more
linktr.ee/bcantrampolines
Follow
Message
Email
Trampoline Workout
Search
Bow, you're a middle aged women who will do anything but go to the gym
Spring Sale - foldable mini Trampoline
3 sets of horsing around. I thought this reboundermini trampoline was 5-... more
Search · bcan 40 inch rebounder

⚠ WARNUNG



Keine Saltos oder Überschläge!



Nur ein Benutzer gleichzeitig!



Überschreiten Sie das Gewichtslimit nicht
(Dynamische Tragfähigkeit 102cm: 180KG; 122cm: 205KG)
(Statische Tragfähigkeit: 227KG)



Nicht benutzen, wenn Sie verletzt waren!



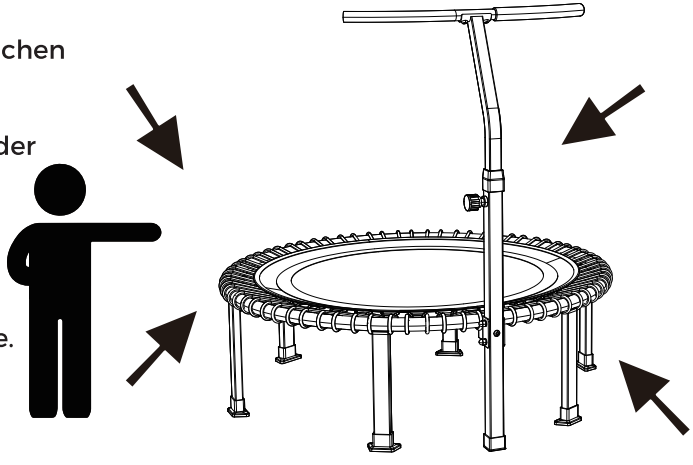
Entfernen Sie alle scharfen Gegenstände vor dem Springen!



Nicht benutzen, wenn Sie schwanger sind!

Tägliche Inspektion vor Gebrauch

- Überprüfen Sie die Beine auf Festigkeit und Anzeichen von Rissen.
- Untersuchen Sie die Sprungseile auf Lockerheit oder Beschädigung.
- Überprüfen Sie den Rahmen auf Verdrehungen oder Risse.
- Überprüfen Sie die Matte und ihre Nähte auf Risse.



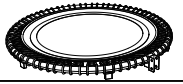
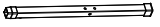
VORSICHTSMASSNAHMEN

Konsultieren Sie Ihren Arzt, bevor Sie mit diesem oder einem anderen Trainingsprogramm beginnen. Insbesondere wenn Sie über 35 Jahre alt sind, noch nie zuvor trainiert haben, schwanger sind oder gesundheitliche Probleme haben. Um das Risiko schwerer Verletzungen zu reduzieren, lesen Sie bitte alle Sicherheitshinweise sorgfältig durch, bevor Sie dieses BCAN Soft Land Pro Trampolin verwenden.

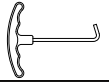
1. Überprüfen Sie vor jedem Gebrauch das Trampolin sorgfältig auf verbogene Rohre, eine zerrissene Matte, lose oder beschädigte Bungee-Seile und prüfen Sie die allgemeine Stabilität.
2. Bevor Sie mit diesem oder einem anderen Trainings-oder Diätprogramm beginnen, konsultieren Sie Ihren Arzt. Wenn Sie Schwindel, Übelkeit, Brustschmerzen, Rückenschmerzen oder ungewöhnliche Symptome verspüren, brechen Sie sofort ab und suchen Sie ärztliche Hilfe auf.
3. Missbrauch oder Fehlgebrauch des Trampolins kann zu schweren Verletzungen oder zum Tod führen.
4. Dieses Produkt ist nur für Erwachsene bestimmt. Benutzer sollten alle Warn- und Sicherheitshinweise lesen und verstehen, bevor sie das Trampolin benutzen.
5. Konsumieren Sie vor der Benutzung des Trampolins keinen Alkohol oder keine Drogen.
6. Rauchen, essen, trinken, Kaugummi kauen oder Gegenstände tragen Sie nicht, während Sie das Trampolin benutzen.
7. Maximale dynamische Tragfähigkeit: 102cm Trampolin: 180KG; 122cm Trampolin: 205KG.
8. Maximale statische Tragfähigkeit: 227KG.

9. Hören Sie mit dem Springen auf, indem Sie bei der Landung die Knie beugen. Beherrschen Sie diese Fähigkeit zuerst.
10. Halten Sie die Sprünge niedrig und kontrolliert. Landen Sie immer in der Mitte.
11. Stellen Sie sicher, dass eine Überkopffreiheit von mindestens 3 m vom Boden bis zur Decke vorhanden ist (frei von Kabeln, Deckenventilatoren, Gefahren).
12. Positionieren Sie das Trampolin mindestens 1,8 m von Wänden, Möbeln oder anderen Objekten entfernt.
13. Nur ein Benutzer gleichzeitig; mehrere Benutzer können zu schweren Verletzungen führen.
14. Halten Sie das Trampolin während der Benutzung frei von Objekten, Haustieren und Kindern.
15. Tragen Sie beim Benutzen des Trampolins keine Schuhe mit harter Sohle, wie z. B. Tennisschuhe.
16. Benutzen Sie das Trampolin nicht, wenn es nass, beschädigt, schmutzig oder abgenutzt ist.

Trampolin Ersatzteilliste

BCAN Fitness Trampoline			102cm	122cm
#1		Trampolinrahmen (inklusive vormontiertem Kit & HD)	1Stk.	1Stk.
#2		Sprungmatte	1Stk.	1Stk.
#3		Bungee-Seil - 8mm (Schwarz)	36Stk.+2Ersatz	42Stk.+2Ersatz
#4		Bungee-Seil - 9mm (Schwarz)	20Stk.+2Ersatz	24Stk.+2Ersatz
#5		Rahmenbein	6Stk.	6Stk.
#6		Halterungsbein	1Stk.	1Stk.
#7		Halterungsstütze	1Stk.	1Stk.
#8		Lenker mit Schaumstoff	1Stk.	1Stk.

BCAN Fitness Trampoline			102cm	122cm
#9		Einstellknopf	1Stk.	1Stk.
#10		M8*16 Schraube	6Stk.	6Stk.
#11		Φ8 Federscheibe	9Stk.	9Stk.
#12		D8 Unterlegscheibe	9Stk.	9Stk.
#13		M8*55 Bolzen	2Stk.	2Stk.
#14		M8 Schraubmutter	2Stk.	2Stk.
#15		M8*50 Bolzen	1Stk.	1Stk.
#16		M8*12 Schraube	2Stk.	2Stk.

BCAN Fitness Trampoline			102cm	122cm
#17		Hammer	1Stk.	1Stk.
#18		Schraubenschlüssel	1Stk.	1Stk.
#19		Schraubendreher	1Stk.	1Stk.
#20		Dreieckswerkzeug	1Stk.	1Stk.
#21		Silikonabdeckung	1Stk.	1Stk.

Hinweis: Wird mit zwei Sätzen Gummiseilen geliefert, und Sie können die beste Kombination entsprechend Ihren Bedürfnissen und Vorlieben auswählen.

#3 = 8mm schwarzes Bungee-Seil
#4 = 9mm grünes Bungee-Seil

Elastische Stärke & Bungee-Seil-Menge

102cm	#3 x 36	#3 x 32 & #4 x 4	#3 x 28 & #4 x 8	#3 x 24 & #4 x 12	#3 x 20 & #4 x 16	#3 x 16 & #4 x 20	
	Weich	Weich	Mittel	Mittel	Stark	Extrastark	
122cm	#3 x 42	#3 x 38 & #4 x 4	#3 x 34 & #4 x 8	#3 x 30 & #4 x 12	#3 x 26 & #4 x 16	#3 x 22 & #4 x 20	#3 x 18 & #4 x 24
	Weich	Weich	Mittel	Mittel	Stark	Extrastark	Extrastark

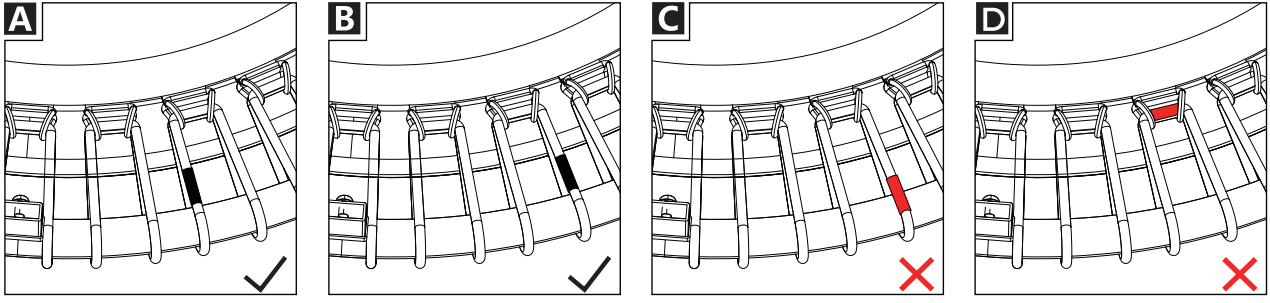
Körpergewicht & Empfohlene Elastikstärke

GEWICHT	WEICHERE SPANNUNG	NORMALE SPANNUNG	FESTERE SPANNUNG
Bis zu 40KG	Weich	Weich	Mittel
40-55KG	Weich	Mittel	Mittel
55-68KG	Mittel	Mittel	Stark
68-86KG	Mittel	Stark	Stark
86-105KG	Strong	Stark	Stark
105-122KG	Stark	Extra Stark	Extra Stark
122-150KG	Extra Stark	Extra Stark	Extra Stark
150-180KG	Extra Stark	Extra Stark	Extra Stark
180-205KG		Extra Stark	

Inspektion vor der Installation

- **Metallclip-Position prüfen**

  Metallclips dürfen NUR an der richtigen Position (Abb. A&B) befestigt werden.
  Lassen Sie die Clips NICHT das Rahmrohr berühren (Abb. C) oder in die Metallhaken der Matte greifen (Abb. D). Dies kann Teile beschädigen oder zu einem Ausfall führen. Bitte beachten Sie die Seiten 20-21 für Anweisungen zum Einstellen der elastischen Seile.



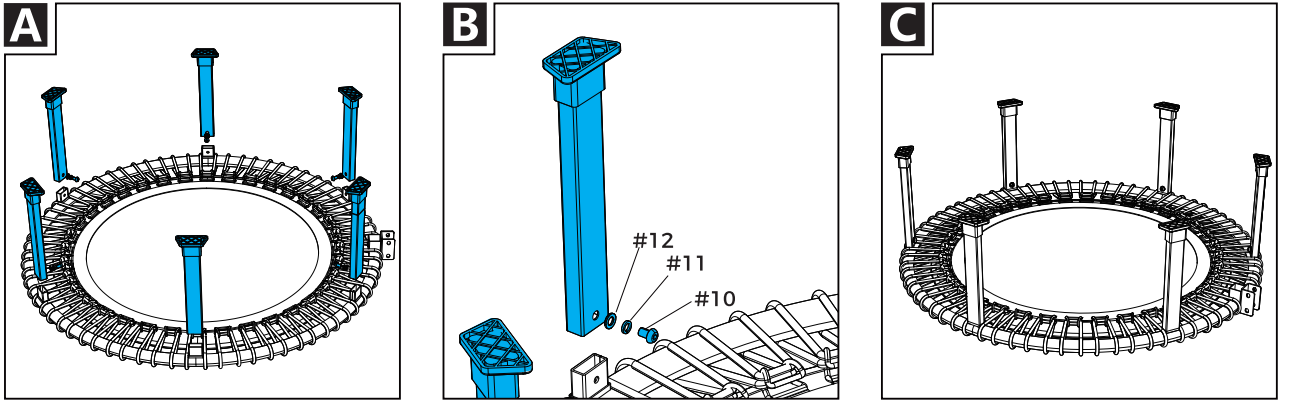
- **Prüfen Sie, ob beide Sätze von elastischen Seilen gleichmäßig verteilt sind.**

  Wenn Sie beide Sätze selbst installieren, stellen Sie sicher, dass sie gleichmäßig verteilt sind. Detaillierte Installationsschritte finden Sie auf Seite 15-21.

Montageanleitung

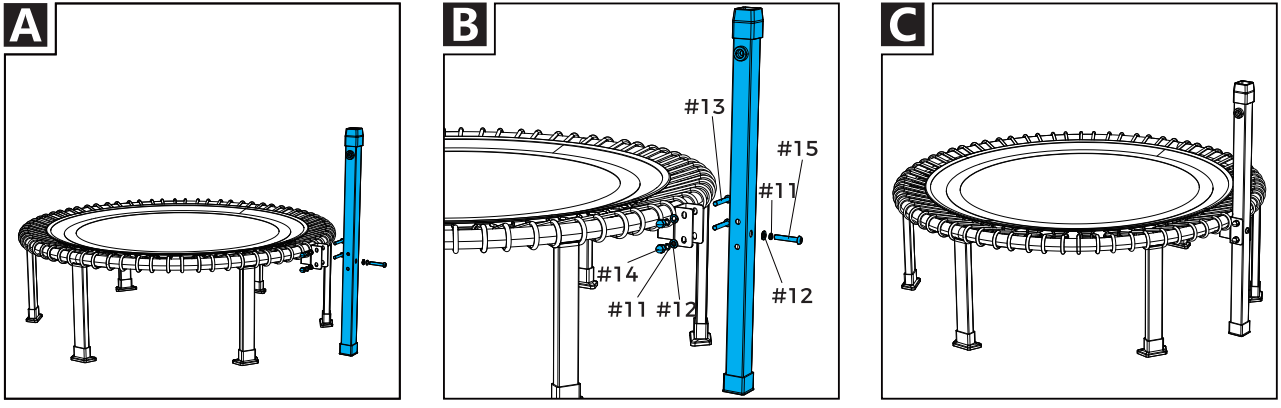
Schritt 1: Beine installieren

Befestigen Sie die Beine (#5) am Rahmen und sichern Sie sie fest mit M8*16-Schraube (#10), Federring (#11) und Unterlegscheibe (#12).



Schritt 2: Handlaufbein installieren

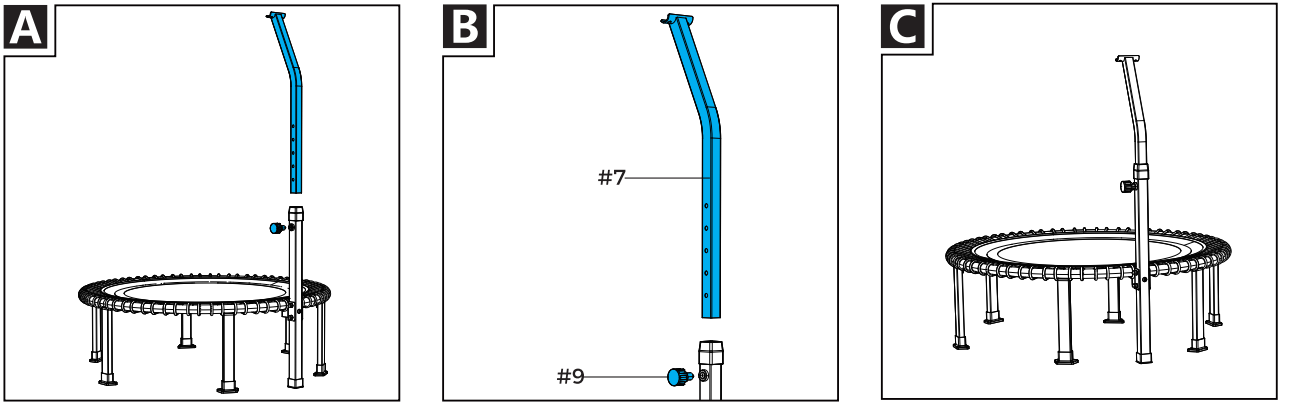
Befestigen Sie das Handlaufbein (#6) am Rahmen und sichern Sie es mit einer M8*50-Schraube (#15), M8x55-Schrauben (#13), M8-Muttern (#14), Federringen (#11) und Unterlegscheiben (#12).



Schritt 3: Handlaufstütze installieren

Befestigen Sie die Handlaufstütze (#7) am Handlaufbein und sichern Sie sie fest mit dem Einstellknopf (#9).

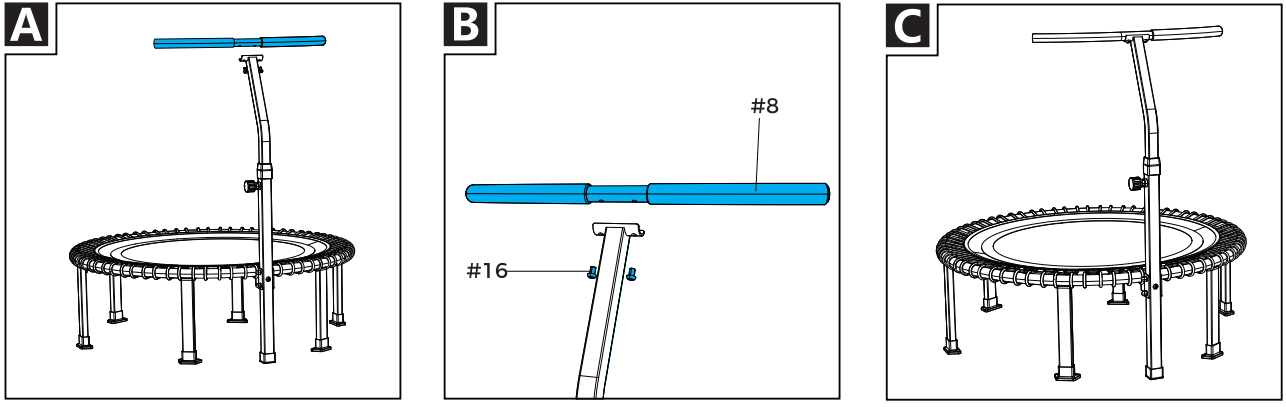
Hinweis: Um die Höhe des Handlaufs einzustellen, ziehen Sie den Einstellknopf heraus und bewegen Sie den Handlauf nach oben oder unten in die gewünschte Position.



Schritt 4: Lenker montieren

Bauen Sie den Lenker (#8) an die Handlaufstütze an und sichern Sie ihn mit M8*12-Schrauben (#16).

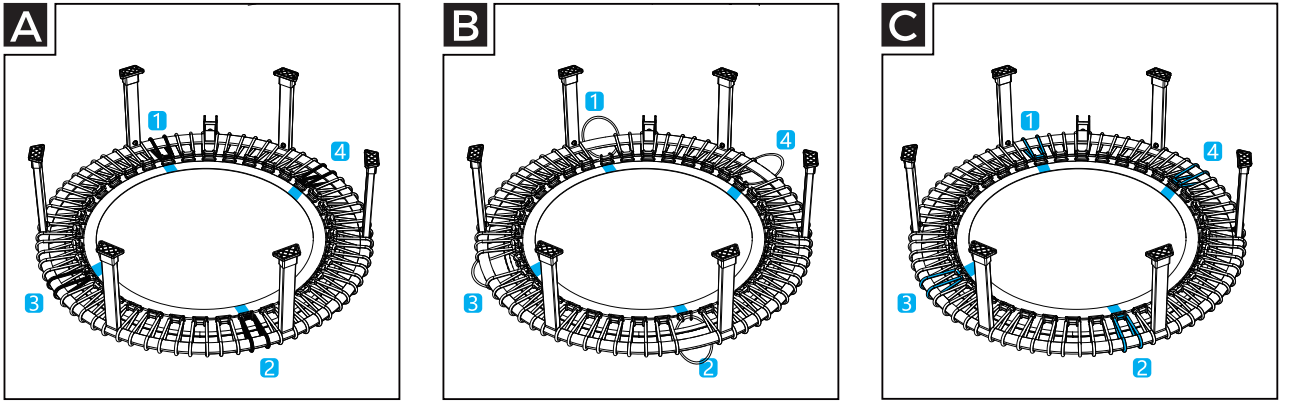
Nun ist die Montage Ihres BCAN Fitness-Trampolins (mit Lenker) abgeschlossen.



WARNUNG: Der Handlauf ist nur zur Balance-Unterstützung ausgelegt. Üben Sie kein volles Körpergewicht auf den Handlauf aus, da dies zum Kippen führen kann.

So installieren / ersetzen Sie die Bungee-Seile

1. Bestätigen Sie die Konfiguration der Bungee-Seile

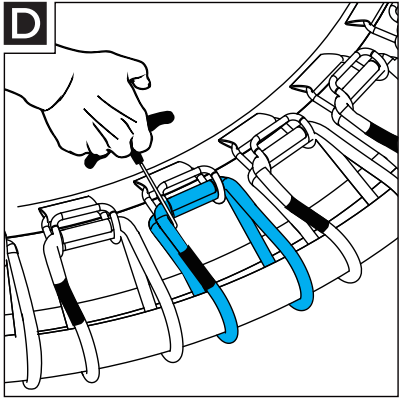


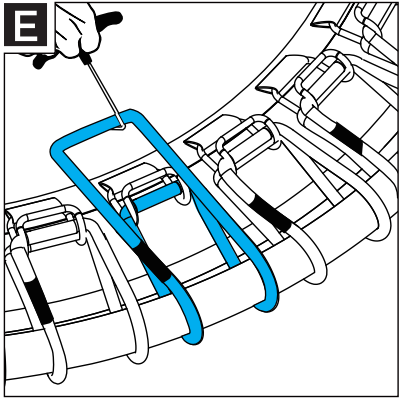
• Beziehen Sie sich auf Seite 12-13, wählen Sie die gewünschte Spannungsstufe und bestätigen Sie die Anzahl der 8mm und 9mm Bungee-Seile, die Ihrer ausgewählten Konfiguration entsprechen.

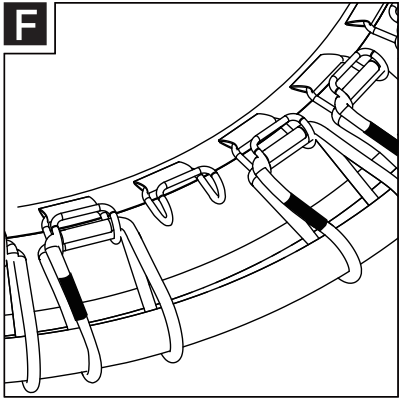
(Vorinstalliert 8mm · Optional 9mm Upgrade)

Um das Installationsvideo klarer zu sehen, scannen Sie bitte den untenstehenden QR-Code.

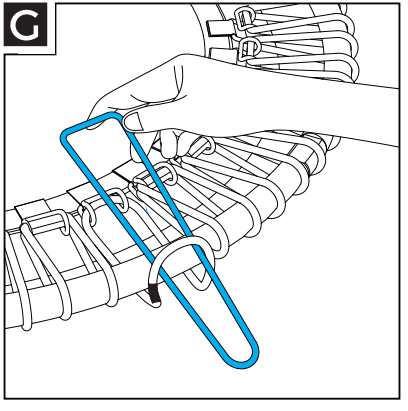
2. Bungee-Seile entfernen & installieren

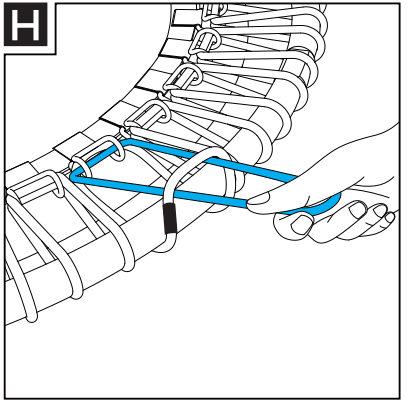


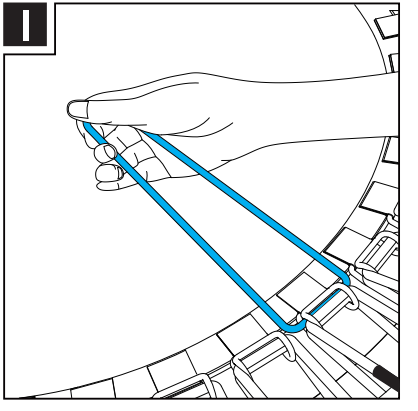




• Entfernen Sie die 8-mm-Bungee-Seile diagonal, wie in den Abbildungen A-C gezeigt. Für detaillierte Entfernungsanweisungen siehe Abbildungen D-F oder scannen Sie den QR-Code.







• Installieren Sie die 9-mm-Bungee-Seile, bis alle Bungee-Seile sicher befestigt sind. Für detaillierte Installationsanweisungen siehe Abbildungen G-I oder scannen Sie den QR-Code.

Fragen & Antworten

F1: Was passiert, wenn die Bungee-Seile reißen oder die Sprungmatte zerreißt?
A1: Diese Teile sind normale Verschleißteile. Zur Sicherheit: Bungee-Seile und Sprungmatte müssen alle 6-12 Monate ersetzt werden. Wenn Sie Ersatz benötigen, kontaktieren Sie einfach unser Support-Team unter [support@bcan.fit].
F2: Was mache ich, wenn Teile fehlen oder etwas beschädigt ist?
A2: Kontaktieren Sie uns sofort unter [support@bcan.fit]. Geben Sie Details an, welches Teil fehlt oder beschädigt ist, und fügen Sie nach Möglichkeit ein Foto bei. Wir werden so schnell wie möglich Ersatz schicken.
F3: Was soll ich tun, wenn sich ein Bein uneben oder locker anfühlt?
A3: Die Beine können sich mit der Zeit lockern. Versuchen Sie zuerst: Ziehen Sie die Beinsschrauben fest an. Wenn das Bein locker bleibt oder wackelt, hören Sie auf, das Trampolin zu benutzen, und kontaktieren Sie unser Support-Team unter [support@bcan.fit] für Ersatzteile.
F4: Warum wackelt mein Handlauf? Wie repariere ich ihn?
A4: Leichte Handlaufwackler sind während des Gebrauchs normal. Wenn das Wackeln stärker wird, ziehen Sie alle Handlaufschrauben und Muttern fest an. Wenn das Problem weiterhin besteht, wenden Sie sich an den Kundensupport unter [support@bcan.fit]. Der Handlauf ist außerdem nur zur Balance-Unterstützung konzipiert. Legen Sie nicht Ihr volles Körpergewicht darauf, um übermäßigen Verschleiß oder ein Umkippen zu vermeiden.
F5: Was soll ich tun, wenn die von mir bestellte Größe zu groß/klein ist?
A5: Bitte senden Sie Artikel nicht direkt zurück. Kontaktieren Sie den Kundensupport unter [support@bcan.fit] sofort für eine schnelle und zufriedenstellende Lösung.

Wartung

Regelmäßige Wartung hilft, die Lebensdauer Ihres Trampolins zu verlängern und Verletzungsrisiken zu reduzieren.

Wesentliche Wartungsschritte:

- Inspektion vor Gebrauch: Überprüfen Sie das Trampolin immer vor der Benutzung. Stellen Sie sicher, dass alle Beine sicher verriegelt sind.
- Schadensreaktion: Stellen Sie die Benutzung sofort ein, wenn ein Teil beschädigt oder abgenutzt ist; ersetzen Sie beschädigte Teile.
- Pflege der Bungee-Seile: Inspizieren Sie die Seile monatlich auf Verschleiß/Verformung. Ersetzen Sie beschädigte Seile umgehend.
- Hardware-Check: Ziehen Sie alle Schrauben und Verbindungen alle 2 Wochen fest, um die Stabilität zu erhalten.
- Reinigung: Wischen Sie Rahmen und Matten mit einem feuchten Tuch ab. Verwenden Sie niemals Chemikalien wie Bleichmittel oder Lösungsmittel.

Kritische Gefahren, die sofortige Aufmerksamkeit erfordern:

⚠ Beschädigung der Sprungmatte: Gerissenes oder stark abgenutztes Gewebe

⚠ Rahmenbruch: Gebogene/gebrochene Stützrohre oder Gelenke

Garantieabdeckung

Wir garantieren, dass BCAN-Produkte unter normalen Gebrauchs- und Servicebedingungen frei von Material- und Verarbeitungsfehlern sind. Die einzelnen Komponenten des Trampolins werden von den folgenden Garantien für Ausfälle und Herstellungsfehler abgedeckt:

Produktname	Garantiezeitraum
Rahmen	1 Jahr
Sprungmatte*	1 Jahr
Bungee-Seile*	6 Monate
Alle anderen Komponenten	1 Jahr

TTipps: Bungee-Seile und Sprungmatten sind Verbrauchsmaterialien und es wird empfohlen, sie alle 6 Monate auszutauschen. Der Ersatz von Komponenten ist auf eine Instanz begrenzt.

Hilfe benötigt?
E-Mail: support@bcan.fit

À PROPOS DE NOUS

BCAN a été officiellement créé en 2019, nous sommes profondément impliqués dans le domaine des trampolines. BCAN repose sur le principe que l'exercice devrait être une expérience agréable, et non une routine banale. Nous nous efforçons de faire du fitness une partie intégrante de la vie quotidienne, en associant ludisme et praticité dans nos designs. Chaque trampoline est le fruit d'un artisanat minutieux, conçu pour assurer la sécurité, la durabilité et un rebond de haute qualité.







Trampolines de fitness




NOTRE CULTURE

VISION

Reliez le plaisir au fitness d'une manière qui parle à chaque foyer. Notre fondateur a constaté que de nombreuses personnes manquent de plaisir dans leur entraînement, c'est pourquoi il propose l'option la plus agréable : notre tout nouveau trampoline de fitness BCAN.

RESPONSABILITÉ

La durabilité nous tient à cœur. Nous adoptons des pratiques et des matériaux respectueux de l'environnement, conscients de notre impact écologique. Nous ferons de notre mieux pour innover et nous adapter afin de contribuer à la société.

SAUTEZ DE JOIE

BCAN vous invite à embrasser la joie du mouvement. Sautez dans un sport où le fitness devient amusant – un rebond à la fois. Rejoignez BCAN, où chacun fait un pas vers une meilleure santé!


Jump into action with the BCAN Mini Trampoline!
14:28
bcantrampolines
BCAN
416 posts
4,390 followers
1 following
BCAN Fitness Trampolines
Leap. Energize. Transform.
Elevate your fitness game with BCAN!
Let's bounce to a healthier you!
#bcantrampolines #bcanrebounder... more
linktr.ee/bcantrampolines
Follow
Message
Email
Trampoline Workout
Search
Dear you're a middle aged women who will do anything but go to the gym
Spring Sale - foldable mini Trampoline
2024-12-4
3 sets of harsing around. I thought this reboundeelmini trampoline was 5... more
Search · bcan 40 inch rebounder

⚠ WARNING



Pas de saltos ou de culbutes!



Une seule personne à la fois!



Ne pas dépasser la limite de poids
(Charge dynamique supportée
102cm: 180KG; 122cm: 205KG)
(Charge statique supportée: 227KG)



Ne pas utiliser en cas de blessure!



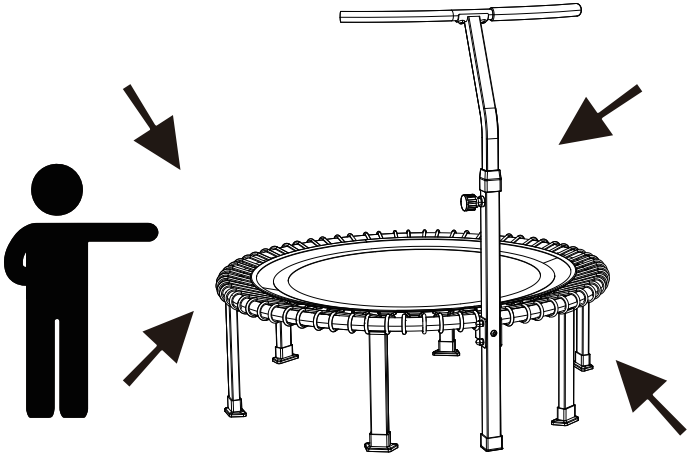
Retirez tous les objets pointus avant de sauter!



Ne pas utiliser si vous êtes enceinte!

Inspection quotidienne avant utilisation

- Vérifiez le serrage des pieds et tout signe de fissuration.
- Examinez les cordes de rebondissement pour vérifier s'il y a du jeu ou des dommages.
- Inspectez le cadre pour détecter toute torsion ou fissuration.
- Inspectez le tapis et ses coutures pour vérifier s'il y a des déchirures.



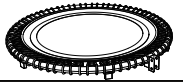
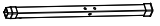
PRÉCAUTIONS

Consultez votre médecin avant de commencer ce programme d'exercices ou tout autre programme d'exercices. Surtout si vous avez plus de 35 ans, que vous n'avez jamais fait d'exercice auparavant, que vous êtes enceinte ou que vous avez des problèmes de santé. Pour aider à réduire le risque de blessures graves, veuillez lire attentivement toutes les instructions de sécurité avant d'utiliser ce trampoline BCAN Soft Land Pro.

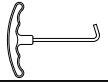
1. Avant chaque utilisation, inspectez soigneusement le trampoline pour détecter des tubes pliés, un tapis déchiré, des cordes élastiques lâches ou endommagées, et vérifiez la stabilité générale.
2. Avant de commencer ce programme ou un autre programme d'exercice ou de régime, consultez votre médecin. Si vous ressentez des vertiges, des nausées, des douleurs thoraciques, des maux de dos ou des symptômes inhabituels, arrêtez immédiatement et demandez une assistance médicale.
3. L'utilisation abusive ou incorrecte du trampoline peut entraîner des blessures graves ou la mort.
4. Ce produit est destiné uniquement aux adultes. Les utilisateurs doivent lire et comprendre tous les avertissements et instructions de sécurité avant d'utiliser le trampoline.
5. Ne consommez pas d'alcool ou de drogues avant d'utiliser le trampoline.
6. Ne fumez pas, ne mangez pas, ne buvez pas, ne mâchez pas de gomme ou ne tenez pas d'objets pendant l'utilisation du trampoline.

7. Capacité maximale de poids dynamique: trampoline de 102cm: 180KG; trampoline de 122cm: 205KG.
8. Capacité maximale de poids statique: 227KG.
9. Arrêtez de sauter en fléchissant les genoux à l'atterrissage. Maîtrisez d'abord cette compétence.
10. Gardez les sauts bas et contrôlés. Atterrissez toujours au centre.
11. Assurez-vous d'une garde au sol d'au moins environ 3 m du sol au sommet (dégagez les fils, les ventilateurs de plafond, les dangers).
12. Positionnez le trampoline à au moins 1,8 m des murs, des meubles ou d'autres objets.
13. Un seul utilisateur à la fois; plusieurs utilisateurs peuvent entraîner des blessures graves.
14. Gardez le trampoline dégagé de tout objet, animal de compagnie et enfant pendant l'utilisation.
15. Ne portez pas de chaussures à semelles rigides, telles que des chaussures de tennis, pendant l'utilisation du trampoline.
16. N'utilisez pas le trampoline s'il est mouillé, endommagé, sale ou usé.

Liste des pièces de trampoline

Trampolines Fitness BCAN			102cm	122cm
#1		Cadre de trampoline (inclut kit de pré-assemblage & HD)	1 pièce	1 pièce
#2		Tapis de saut	1 pièce	1 pièce
#3		Corde élastique - 8 mm (Noir)	36 pièce+ 2 de rechange	42 pièce+ 2 de rechange
#4		Corde élastique - 9 mm (Noir)	20 pièce+ 2 de rechange	24 pièce+ 2 de rechange
#5		Pied de cadre	6 pièce	6 pièce
#6		Pied de support	1 pièce	1 pièce
#7		Support de support	1 pièce	1 pièce
#8		Barre de guidon avec mousse	1 pièce	1 pièce

Trampolines Fitness BCAN			102cm	122cm
#9		Bloc de réglage	1pièce	1pièce
#10		Vis M8*15	6pièce	6pièce
#11		Rondelle grower M8	9pièce	9pièce
#12		Rondelle plate M8	9pièce	9pièce
#13		Boulon M8*55	2pièce	2pièce
#14		Écrou M8	2pièce	2pièce
#15		Boulon M8*50	1pièce	1pièce
#16		Vis M8*12	2pièce	2pièce

BCAN Fitness Trampolines			102cm	122cm
#17		Marteau	1pièce	1pièce
#18		Clé à molette	1pièce	1pièce
#19		Tournevis	1pièce	1pièce
#20		Outil triangle	1pièce	1pièce
#21		Couverture en silicone	1pièce	1pièce

Remarque: Livré avec deux jeux de cordons élastiques, et vous pouvez choisir la meilleure combinaison selon vos besoins et préférences.

#3 = Corde élastique noire de 8mm
#4 = Corde élastique verte de 9mm

Force élastique et quantité de corde élastique

102cm	#3 x 36	#3 x 32 & #4 x 4	#3 x 28 & #4 x 8	#3 x 24 & #4 x 12	#3 x 20 & #4 x 16	#3 x 16 & #4 x 20	
	Doux	Doux	Moyen	Moyen	Fort	Très fort	
122cm	#3 x 42	#3 x 38 & #4 x 4	#3 x 34 & #4 x 8	#3 x 30 & #4 x 12	#3 x 26 & #4 x 16	#3 x 22 & #4 x 20	#3 x 18 & #4 x 24
	Doux	Doux	Moyen	Moyen	Fort	Très fort	Très fort

Poids Corporel & Force Élastique Recommandée

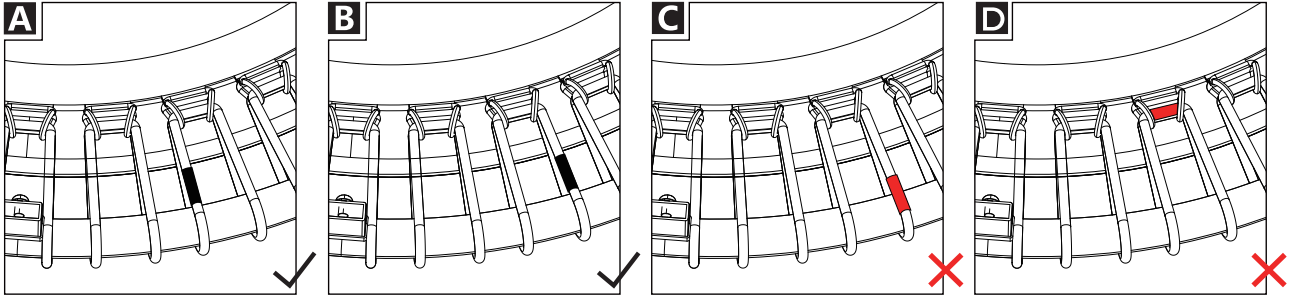
POIDS	ÉLASTICITÉ PLUS DOUCE	ÉLASTICITÉ NORMALE	ÉLASTICITÉ PLUS FERME
JUSQU'À 40KG	Doux	Doux	Moyen
40-55KG	Doux	Moyen	Moyen
55-68KG	Moyen	Moyen	Fort
68-86KG	Moyen	Fort	Fort
86-105KG	Fort	Fort	Fort
105-122KG	Fort	Extra Fort	Extra Fort
122-150KG	Extra Fort	Extra Fort	Extra Fort
150-180KG	Extra Fort	Extra Fort	Extra Fort
180-205KG		Extra Fort	

Inspection avant installation

- **Vérifier la position des clips métalliques**

  Les clips métalliques doivent être fixés UNIQUEMENT à la bonne position (Fig. A&B).

  NE laissez PAS les clips toucher le tube du cadre (Fig. C) ni s'accrocher à l'intérieur des crochets métalliques du tapis (Fig D). Cela peut endommager des pièces ou causer une défaillance. Veuillez vous référer aux pages 20-21 pour les instructions sur le réglage des cordes élastiques.



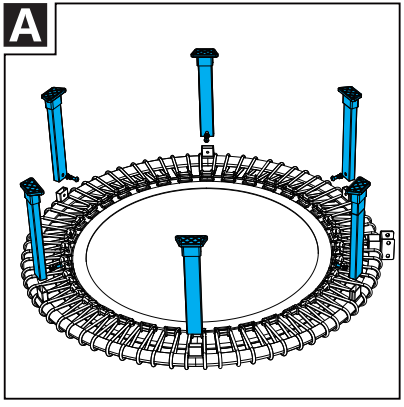
- **Vérifier que les deux ensembles d'élastiques sont uniformément répartis.**

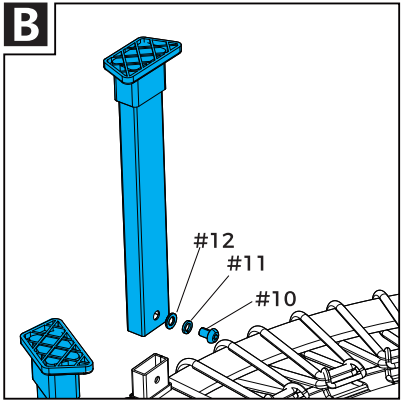
  Si vous installez vous-même les deux ensembles, assurez-vous qu'ils sont uniformément répartis. Pour des étapes d'installation détaillées, veuillez vous référer à la Page 15-21.

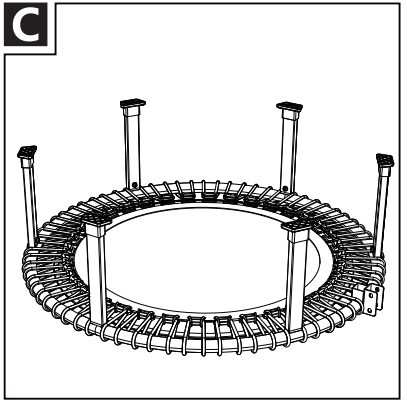
Instructions de montage

Étape 1: Installer les pieds

Fixez les pieds (#5) au cadre, et fixez-les fermement avec la vis M8*16 (#10), la rondelle à ressort (#11) et la rondelle plate (#12).

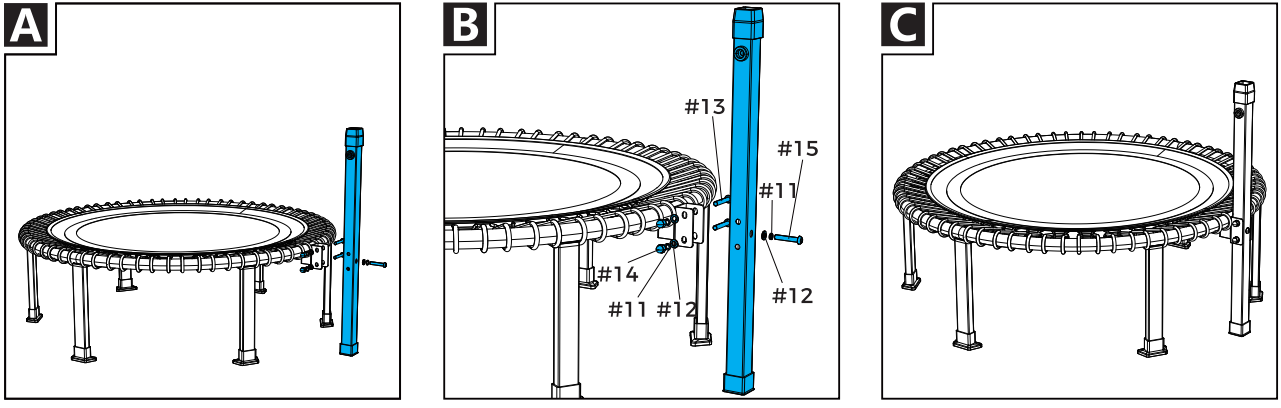






Étape 2: Installer le pied du main courante

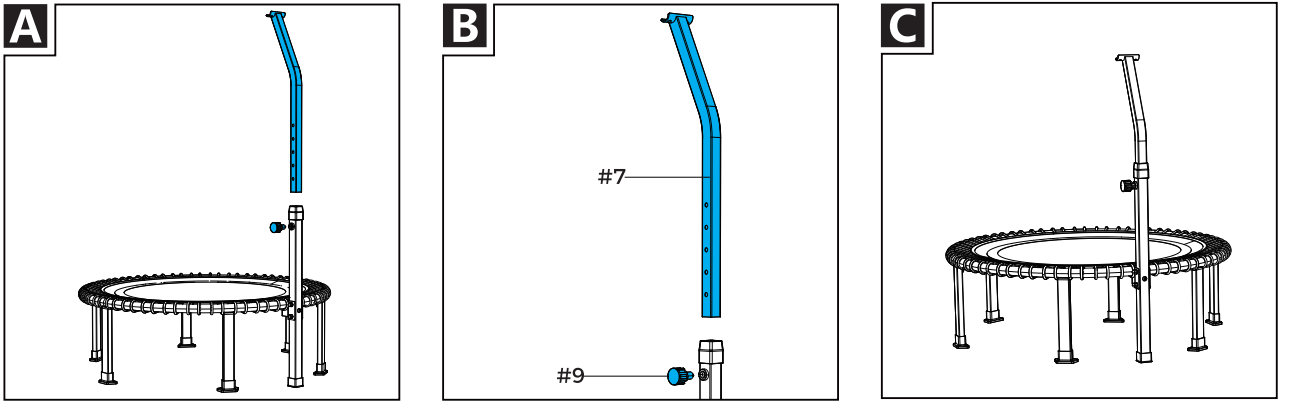
Fixez le pied du main courante (#6) au cadre, et fixez-le à l'aide du boulon M8*50 (#15), des boulons M8x55 (#13), des écrous M8 (#14), des rondelles à ressort (#11) et des rondelles plates (#12).



Étape 3: Installer le support de main courante

Fixez le support de main courante (#7) au pied de main courante, et fixez-le fermement à l'aide du bouton de réglage (#9).

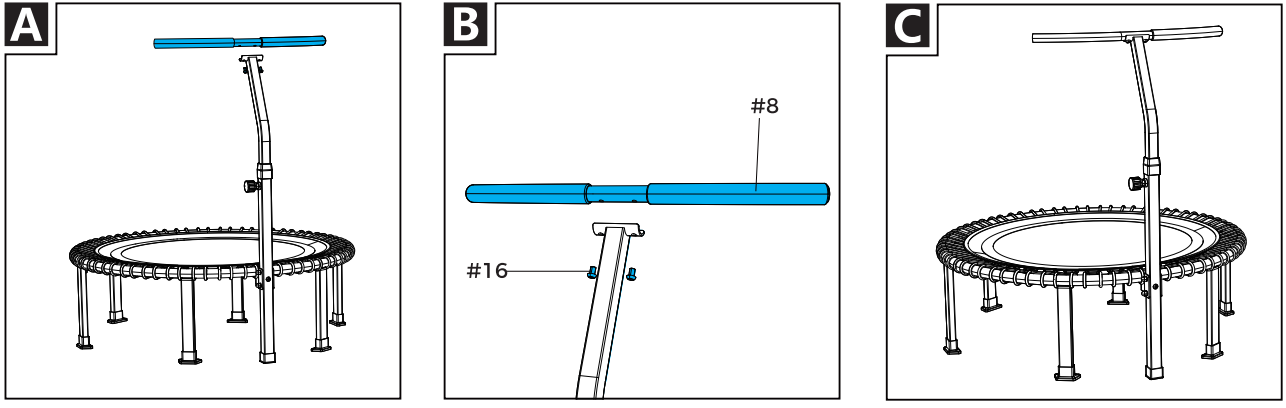
Remarque: Pour régler la hauteur de la main courante, tirez le bouton de réglage et déplacez la main courante vers le haut ou vers le bas à la position souhaitée.



Étape 4: Installer la barre de maintien

Assemblez la barre de maintien (#8) au support de main courante et fixez-la à l'aide des vis M8*12 (#16).

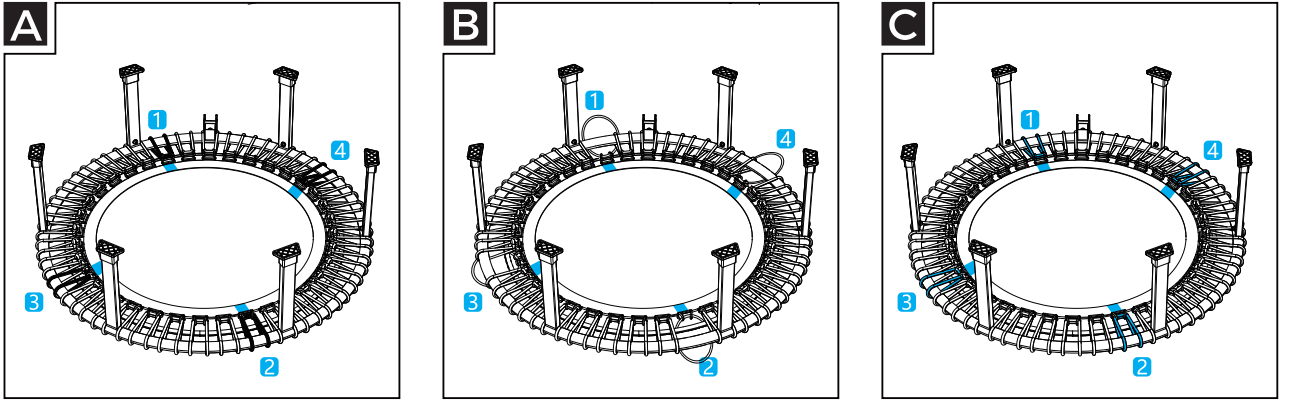
Maintenant, l'assemblage de votre trampoline de fitness BCAN (avec barre de maintien) est terminé.



AVERTISSEMENT: La main courante est conçue uniquement pour un soutien d'équilibre. Ne mettez pas tout votre poids corporel sur la main courante, car cela pourrait provoquer un basculement.

Comment installer / remplacer les cordes élastiques

1. Confirmer la configuration des cordes élastiques

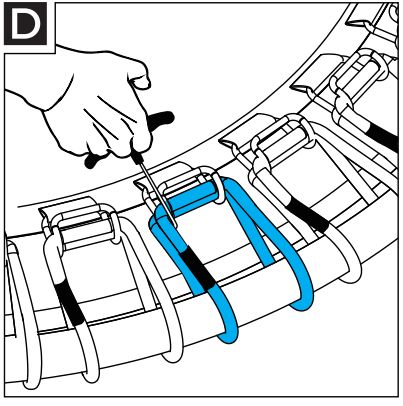


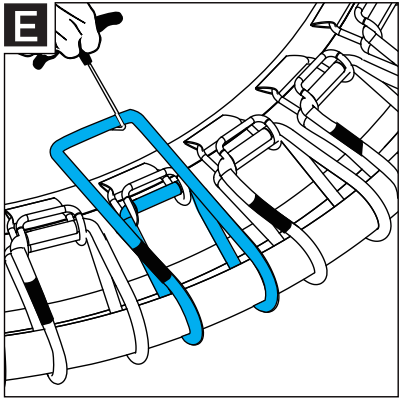
• Reportez-vous aux pages 12-13, choisissez le niveau de tension souhaité et confirmez le nombre de cordes élastiques de 8 mm et 9 mm qui correspondent à votre configuration sélectionnée.

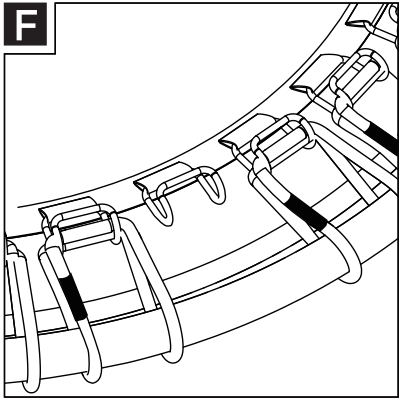
(Pré-installé 8mm · Mise à niveau optionnelle 9mm)

Il sera plus clair de regarder la vidéo d'installation, veuillez scanner le code QR ci-dessous.

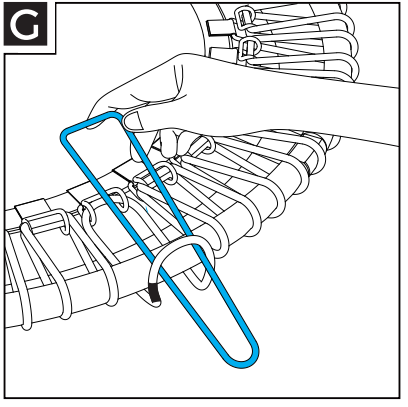
2. Retirer et installer les cordes élastiques

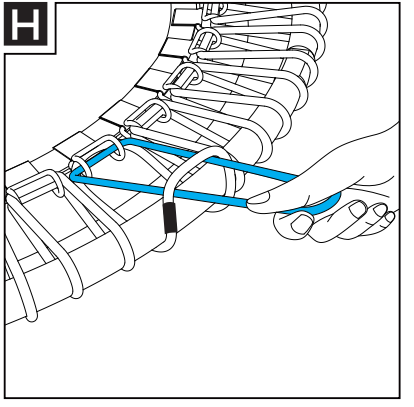


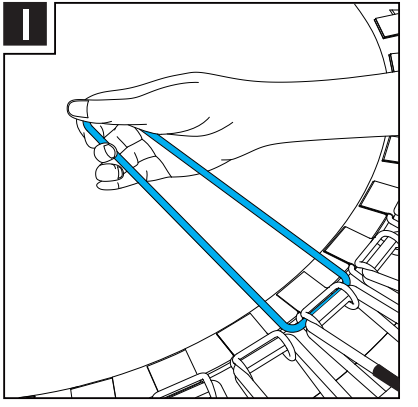




• Retirez les cordes élastiques de 8 mm en diagonale, comme illustré dans les figures A-C. Pour des instructions de retrait détaillées, reportez-vous aux figures D-F ou scannez le code QR.







• Installez les cordes élastiques de 9 mm jusqu'à ce que toutes les cordes élastiques soient bien en place. Pour des instructions d'installation détaillées, reportez-vous aux Figures G-I ou scannez le code QR.

Questions et Réponses

Q1: Que faire si les cordes élastiques se cassent ou si le tapis de saut se déchire ?
R1: Ces pièces sont des articles d'usure normale. Pour votre sécurité : Les cordes élastiques et le tapis de saut doivent être remplacés tous les 6 à 12 mois. Si vous avez besoin de remplacements, contactez simplement notre équipe de support à l'adresse [support@bcan.fit].
Q2: Que faire si des pièces sont manquantes ou si quelque chose est endommagé ?
R2: Contactez-nous immédiatement à l'adresse [support@bcan.fit]. Fournissez les détails sur la pièce manquante ou endommagée, et incluez une photo si possible. Nous enverrons des remplacements dès que possible.
Q3: Que dois-je faire si une jambe semble inégale ou lâche ?
R3: Les jambes peuvent se desserrer avec le temps. Essayez d'abord : Serrez fermement les vis des jambes. Si la jambe reste lâche ou vacille, arrêtez d'utiliser le trampoline et contactez notre équipe de support à l'adresse [support@bcan.fit] pour les pièces de remplacement.
Q4: Pourquoi ma barre de maintien tremble-t-elle ? Comment la réparer ?
R4: Un léger tremblement de la barre de maintien est normal pendant l'utilisation. Si le tremblement devient prononcé, serrez fermement tous les boulons et écrous de la barre de maintien. Si le problème persiste, contactez le support client à l'adresse [support@bcan.fit]. De plus, la barre de maintien est conçue uniquement pour le support d'équilibre. Ne mettez pas tout votre poids corporel dessus pour éviter une usure excessive ou un basculement.
Q5: Que faire si la taille que j'ai commandée est trop grande/petite ?
R5: Veuillez ne pas retourner les articles directement. Contactez le support client à l'adresse [support@bcan.fit] immédiatement pour une solution rapide et satisfaisante.

Maintenance

Effectuer un entretien régulier aide à prolonger la durée de vie de votre trampoline et à réduire les risques de blessures.

Étapes de maintenance essentielles:

- Inspection avant utilisation: Vérifiez toujours le trampoline avant de l'utiliser. Assurez-vous que toutes les jambes sont solidement verrouillées.
- Réponse aux dommages: Arrêtez immédiatement l'utilisation si une pièce est endommagée ou usée ; remplacez les pièces compromises.
- Entretien des cordes élastiques : Inspectez les cordes mensuellement pour l'usure/la déformation. Remplacez rapidement les cordes endommagées.
- Vérification du matériel: Serrez toutes les vis et connexions toutes les 2 semaines pour maintenir la stabilité.
- Nettoyage: Essuyez les cadres et les tapis avec un chiffon humide. N'utilisez jamais de produits chimiques tels que de l'eau de Javel ou des solvants.

Critical Hazards Requiring Immediate Attention:

⚠ Jump Mat Damage: Torn or severely worn fabric

⚠ Frame Failure: Bent/broken support tubes or joints

Couverture de garantie

Nous garantissons que les produits BCAN sont exempts de défauts de matériaux et de fabrication dans des conditions normales d'utilisation et de service. Les composants individuels du trampoline sont couverts par les garanties suivantes pour les défaillances et les défauts de fabrication:

Product Name	Warranty Period
Cadre	1 An
Tapis de saut*	1 An
Cordes élastiques*	6 Mois
Tous les autres composants	1 An

Conseils: Les cordes élastiques et le tapis de saut sont des articles consommables et il est recommandé de les remplacer tous les 6 mois. Le remplacement des composants est limité à une seule instance.

Besoin d'aide ?
Email: support@bcan.fit

V1.2

BCAN

Assembly Video

Copyright © 2019-2026, by BCAN, Inc. All rights reserved.
Email: support@bcan.fit