



Trampolini da giardino Saltare in sicurezza, atterrare in morbidezza

Il trampolino da giardino spopola in Svizzera. Oltre a far divertire, i salti promuovono anche la coordinazione, l'agilità, la forza e la resistenza. Con i principali consigli dell'UPI, si evita che qualcuno finisca in ospedale.

La sicurezza inizia col primo passo sul trampolino. Perciò è fondamentale attenersi sempre alle istruzioni per l'uso.

Particolarmente importante: poggiare il trampolino su una superficie piana e antiscivolo. I prati o i pavimenti ammortizzanti si prestano perfettamente a questo scopo. Il trampolino deve inoltre trovarsi ad almeno due metri di distanza da qualsiasi ostacolo, nel caso in cui un salto non riesca.

Una volta montato, il trampolino dovrebbe essere usato solo da una persona alla volta. Se sul trampolino si trovano due persone contemporaneamente, il rischio di scontrarsi in caso di salti incontrollati è alto.

I genitori e chi ne fa le veci devono inoltre sempre tenere d'occhio le figlie e i figli affinché possano intervenire in caso di emergenza.

I consigli principali

- Monta il trampolino da giardino a una **distanza minima di due metri** dagli ostacoli.
- Poggia il trampolino da giardino su una **superficie piana e antiscivolo**, ad es. un prato.
- Il trampolino va usato sempre **solo da una persona** alla volta.
- **Tieni le bambine e i bambini sempre d'occhio.**
- **Effettua i lavori di manutenzione in intervalli regolari.**

E infine: solo un trampolino in buono stato è un trampolino sicuro. Per questo motivo è importante mantenere il trampolino da giardino in intervalli regolari. I produttori forniscono istruzioni a tal fine. Prima di ogni utilizzo è consigliabile controllare eventuali difetti del telo, della rete e dell'imbottitura.

Ulteriori consigli per saltare in sicurezza sul trampolino sono disponibili su upi.ch/trampolino.

