

Information

Trampoline in Kindertagesstätten (Kitas)

Die gesundheits- und entwicklungsfördernden Eigenschaften des Trampolinspringens sind enorm. Muskeln, Sehnen, Bänder und der gesamte Knochenapparat werden trainiert. Positiv wirkt sich das Springen auch auf die Körperkoordination aus, aber vor allem macht es Spaß. Es gibt neben den unterschiedlichen Einsatzmöglichkeiten der Geräte – insbesondere bei den großen Trampolinen für Garten und Freizeit, die regelmäßig für relativ wenig Geld im Angebot sind – erhebliche Qualitätsunterschiede. Bei diesen Produkten stellt sich zudem häufig die Frage, ob das Trampolin für die angestrebte Nutzung geeignet ist.

Geräte für Fitness, Freizeit und Garten

Die von den Herstellern jeweils mitzuliefernde Anleitung für Aufbau und Nutzung der Geräte sollte vor dem Kauf bekannt sein. Diese enthalten in der Regel wesentliche Informationen (Beschränkung des Alters, Anzahl der Personen für eine gleichzeitige Nutzung usw.), die kaufentscheidend sein können. Eine weitere Orientierungshilfe bei der Kaufentscheidung ist das GS-Prüfzeichen.

Gymnastiktrampoline

Sie bestehen typischerweise aus einem kreisförmigen Stahlrahmen (Ø ca. 1,00 m, Höhe max. 40 cm). Die Sprungmatte ist mit Stahlfedern oder Gummibändern in den Rahmen eingehangen. Große Sprünge sind damit nicht durchführbar.



Gymnastiktrampolin © DGUV Information 202-081

Die Nutzung in den Einrichtungen ist unbedenklich. Für die Aufstellung sollte in der Regel der Freiraum, in dem keine Hindernisse und Gegenstände stehen, mindestens 1,50 m um das Gerät herum betragen.

Bodengleiche Trampoline



Bodentrampolin © DGUV Information 202-081

Sie haben den Vorteil, dass hier die Fallhöhe der Sprunghöhe entspricht (< 1,00 m). Die Nutzung in Kitas ist unbedenklich. Auch hier ist auf einen Freiraum um das Gerät herum von mindestens 1,50 m zu achten.

Information

Bei großen Sprunggeräten (Fläche $\geq 1,44 \text{ m}^2$) ist der Freiraum von 2,00 m einzuhalten. Auf Grund der maximalen Fallhöhe von 1,50 m ist in der Aufprallfläche um das Sprunggerät mindestens die stoßdämpfende Eigenschaft des Bodens durch Rasen, losem Fallschutzmaterial oder synthetischen Fallschutzbelägen vorzuhalten. Für Reinigungszwecke ist der Raum unter der Sprungfläche zugänglich zu gestalten.

Garten- oder Freizeittrampoline

Viele Produkte sind für Kinder unter 6 Jahren nicht geeignet (siehe Herstellerangaben), damit ist eine Verwendung in Kitas stark eingeschränkt.

Die Geräte sind in sehr vielen Größen (\emptyset von 2,00 bis 4,00 m) erhältlich. Mit genügend Absprungkraft lassen sich auch größere Sprunghöhen erreichen.



Freizeittrampolin © DGUV Information 202-081

Empfehlenswert ist daher der Einsatz in Kombination mit den in der Regel angebotenen umlaufenden Sicherheitsnetzen. Diese müssen stabil und sollten auch im Eingangsbereich zu sichern sein. Ohne diese Netze entstehen Anforderungen an den Fallraum und die Aufprallfläche.

Beachten Sie auf jeden Fall die Anleitung des Herstellers. Weitere Informationen finden Sie in der [DGUV Information 202-022 „Außenspielflächen und Spielplatzgeräte“](#). Eine Auf- und Abstiegshilfe ist zur Entlastung der Gelenke wünschenswert.

Nutzungsvoraussetzungen:

- Die Nutzung des Trampolins ist nur unter Anleitung erlaubt.
- Von der gleichzeitigen Nutzung durch mehrere Personen ist in der Regel abzuraten.
- Vor jeder Verwendung ist das Trampolin einer Sichtkontrolle zu unterziehen, um evtl. Schäden zu ermitteln (z. B. gebrochene Feder, defekte Randabdeckung). Beschädigte Geräte sind der Nutzung zu entziehen. Anmerkung: Ist die Ersatzteilbeschaffung geregelt?
- Während der Nutzung dürfen sich keine Personen oder Gegenstände unter dem Trampolin befinden.

Information

Geräte fürs Trampolinturnen – nicht für Fitness- und Freizeitbereich geeignet

Das **Großgerät** ist rechteckig mit einer Absprunghöhe von ca. 2,00 m x 4,00 m. Mit diesem Sportgerät sind sehr große Sprunghöhen möglich.



Großtrampolin © DGUV Information 202-081

Das **Minitramp** mit einer kleinen Sprunghöhe wird in der Regel beim Geräteturnen für Sprünge auf oder über andere Turngeräte genutzt.



Minitrampolin © DGUV Information 202-081

Diese beiden Geräte finden sich in der Regel in Sporthallen. Ihre Nutzung ist nur unter Anleitung einer Übungsleitung mit entsprechender Qualifikation erlaubt. Für Laien sind diese Geräte tabu!

Ausführlichere Informationen zum Thema Trampolin in Kitas und Schulen entnehmen sie bitte der DGUV Broschüre 202-081 „[Trampoline in Kindertageseinrichtungen und Schulen](#)“

Haben Sie Fragen?

Die Mitarbeitenden des Fachbereichs

Sport – Bewegung – Verkehr der Unfallkasse Rheinland-Pfalz helfen Ihnen gerne weiter:

Telefon: 0 26 32 / 9 60-16 40

E-Mail: sport-bewegung-verkehr@ukrlp.de