

# GOZONE

## Kids

# SIT AND BOUNCE



AGES  
5+

### TOOLS NEEDED:

A hand pump is included in the package. You can use a bicycle pump or compressor for the initial inflation.

### SETUP:

1. Remove the Sit and Bounce ball from the box and check for damage.  
\*It is normal for the ball to have some creases and fold marks
2. Allow the ball to reach room temperature before inflating.
3. Insert the tip of the pump into the inflation port. Inflate the ball to desired firmness, be careful not to overinflate the ball as this can lead to leaks and damage.
4. The Sit and Bounce is now ready for play!

### INFLATION NOTICE:

- Insert plug after inflation
- Ball may not inflate to 100% size on first inflation
- Wait 24 hours, deflate 50% and reinflate
- Due to the heavy duty material, the ball will reach full size with the second inflation

### USER RECOMMENDATIONS:

- Recommended for children ages 5-8
- Height Range 42"-51" (106 - 130 cm)

LEARN MORE AT  
[WWW.GO-ZONE.CA](http://WWW.GO-ZONE.CA)

**Exercise Ball Inflation Instructions:** DO NOT OVER INFLATE BALL. Inflate the ball with included hand pump. Insert pump nozzle into air hole of the ball. Inflate ball until ball has reached correct size. The exercise ball is inflated to your correct size when sitting on the ball, your hips and knees form a 90 degree angle and your thighs are parallel to the ground. After inflating the ball, quickly remove the pump nozzle and insert the plug into the air hole of the exercise ball. Check the ball for correct size. Add or release air until proper form is achieved. TO DEFLATE BALL: DO NOT USE A SHARP INSTRUMENT TO REMOVE PLUG OR DEFLATE BALL. Remove plug and apply pressure to ball until deflated.

**WARNING:** Prior to using any exercise product it is suggested that you receive a complete physical examination and obtain your physicians approval of your exercise conditioning program. This is not a toy.

GOZONE

Kids

# SIT AND BOUNCE



AGES  
5+

## IMPORTANT SAFETY PRECAUTIONS:

Please read before setting up or using your Sit and Bounce

1. Always use the Sit and Bounce in an open area without furniture or other objects that may interfere use or get in the way.
2. Only use on smooth, level surfaces. Do not use the ball if there are deep scratches or gouges.
3. Stop use and rest if dizziness or shortness of breath occurs.
4. This ball is sold without any warranties or guarantees. GoZone assumes no responsibility and disclaims all liability, loss, or damage caused by its use.
5. Ball is intended for sitting, DO NOT stand or kneel on the ball.
6. DO NOT leave child unattended while using the Sit and Bounce Ball.

## CARE INSTRUCTIONS:

1. Be sure to clear play area of sharp objects that may puncture the ball.  
Use only on smooth surfaces.
2. It is not necessary to deflate ball after use; however, slight leakage may occur over time.  
Re-inflate when necessary.
3. Hand wash ball with a soft cloth and warm, soapy water. Do not use harsh or abrasive chemicals or cleaning tools that may scratch or damage ball.
4. Always check the ball for damage before each use. If there are deep scratches, nicks or gouges, do not use the ball.
5. Avoid placing or rolling the ball on newspaper, photo copies or other printed materials as ink may permanently mark the ball.
5. Avoid rough, sharp, or abrasive surfaces. Do not expose ball to heat or excessive sunlight.

## CAUTION:

- DO NOT place the Sit and Bounce ball in contact with woodwork, wood furniture, or painted walls for extended periods of time as damage to finish may occur.

LEARN MORE AT  
[WWW.GO-ZONE.CA](http://WWW.GO-ZONE.CA)

# GOZONE

## Kids

# LE BALLON SAUTEUR



5+  
ANS

### OUTILS NÉCESSAIRES:

Une pompe à main est incluse dans la boîte, mais il est possible d'utiliser une pompe à vélo ou un compresseur pour le premier gonflage.

### INSTALLATION:

1. Sortir le Ballon sauteur de la boîte et vérifier qu'il n'est pas endommagé.  
\*Il est normal que le ballon ait des plis et des marques de pli
2. Laisser le ballon atteindre la température ambiante avant de le gonfler.
3. Insérer la pointe de la pompe dans l'orifice de gonflage. Gonfler le ballon à la fermeté désirée, sans trop le gonfler, car cela peut entraîner des fuites et des dommages.
4. Le Ballon sauteur est maintenant prêt pour jouer!

### AVERTISSEMENT CONCERNANT LE GONFLAGE:

- Insérer le bouchon après le gonflage
- Le ballon peut ne pas se gonfler à 100 % lors du premier gonflage
- Attendre 24 heures, le dégonfler à 50 % et le regonfler
- Du fait de la nature très résistante du matériau, le ballon atteindra sa taille maximale avec le deuxième gonflage.

### RECOMMANDATIONS POUR LES UTILISATEURS:

- Recommandé pour les enfants de 5 à 8 ans
- Taille : 106 à 130 cm (42"-51")

**Instructions pour le gonflage du ballon d'exercice:** NE PAS TROP GONFLER LE BALLON. Gonfler le ballon avec la pompe à main jointe. Insérer la buse de la pompe dans la valve du ballon. Gonfler le ballon jusqu'à ce qu'il soit à la bonne taille. Le ballon d'exercice est gonflé à la bonne taille quand les hanches et les genoux de l'utilisateur assis dessus forment un angle de 90 degrés et ses cuisses sont parallèles au sol. Après avoir gonflé le ballon, retirer rapidement la buse de la pompe et insérer le bouchon dans la valve du ballon d'exercice. Vérifier que le ballon est à la bonne taille. Ajouter ou relâcher de l'air jusqu'à obtenir la taille voulue. **POUR DÉGONFLER LE BALLON :** NE PAS UTILISER D'OBJET POINTU POUR RETIRER LE BOUCHON OU DÉGONFLER LE BALLON. Retirer le bouchon et appliquer une pression sur le ballon pour le dégonfler.

**AVERTISSEMENT:** Avant d'utiliser un accessoire d'exercices, il est recommandé de passer un examen médical complet et d'obtenir l'autorisation d'un médecin pour le programme de conditionnement. Il ne s'agit pas d'un jouet.

EN SAVOIR PLUS SUR  
[WWW.GO-ZONE.CA](http://WWW.GO-ZONE.CA)

# GOZONE

## Kids

# LE BALLON SAUTEUR



5+  
ANS

### PRÉCAUTIONS DE SÉCURITÉ IMPORTANTES:

À lire avant d'installer ou d'utiliser le Ballon sauteur

1. Toujours utiliser le Ballon sauteur dans une zone dégagée sans meubles ou autres objets susceptibles de gêner.
2. Utiliser uniquement sur des surfaces lisses et horizontales. Ne pas utiliser le ballon s'il est profondément éraflé ou entaillé.
3. Arrêter de jouer et se reposer en cas de vertiges ou d'essoufflement.
4. Ce ballon est vendu sans aucune garantie. GoZone n'assume aucune responsabilité et décline toute obligation en cas de perte ou de dommage causés par son utilisation.
5. Le ballon est destiné à s'asseoir, NE PAS se tenir debout ou s'agenouiller dessus.
6. NE PAS laisser un enfant qui utilise le Ballon sauteur sans surveillance.

### CONSIGNES POUR L'ENTRETIEN:

1. Dégager la zone de jeu de tout objet pointu qui pourrait percer le ballon. Utiliser uniquement sur des surfaces lisses.
2. Il n'est pas nécessaire de dégonfler le ballon après son utilisation; cependant, de légères fuites peuvent se produire avec le temps. Le gonfler à nouveau si nécessaire.
3. Laver le ballon à la main avec un chiffon doux et de l'eau chaude savonneuse. Ne pas utiliser de nettoyants ni d'outils agressifs et abrasifs qui pourraient rayer le ballon ou l'endommager.
4. Toujours vérifier que le ballon n'est pas endommagé avant chaque utilisation. S'il y a des rayures profondes, des entailles ou des rainures, ne pas utiliser le ballon.
5. Éviter de placer ou de faire rouler le ballon sur du papier journal, des photocopies ou d'autres documents imprimés, car l'encre peut le marquer de façon permanente.
5. Éviter les surfaces rugueuses, coupantes ou abrasives. Ne pas exposer le ballon à une trop grande chaleur ou à la lumière du soleil pendant trop longtemps.

### MISE EN GARDE:

- NE PAS mettre le Ballon sauteur en contact avec des boiseries, des meubles en bois ou des murs peints pendant des périodes prolongées, car la finition pourrait être endommagée.