



**ISTRUZIONI DI UTILIZZO  
USER MANUAL**

**READY TO JUMP?**

# **BLAST PERSONAL MANUAL**

## *INSTRUCTIONS FOR USE*



*It is very important to read and understand this manual entirely **BEFORE** using the tool.*

*Do not use the tool until you have read and fully understood this instruction manual.*

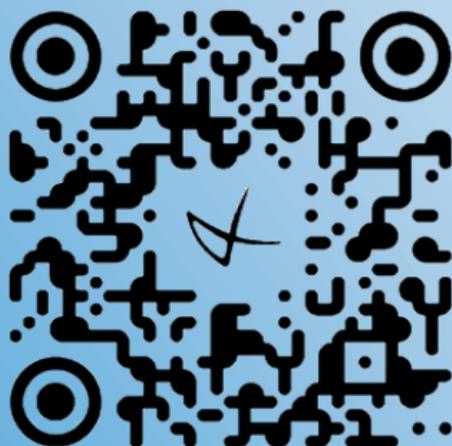
### ***Introduction:***

*Thank you for choosing our product. We hope that **Blast Personal** will meet your expectations.*

### Welcome to **BLAST THE JUMP REPUBLIC**

*The innovative design created for you represents the highest level of customisation available in the rebound shoe sector.*

For any information on training programmes, news and updates please visit our website.



[www.blastjump.com](http://www.blastjump.com)

M a d e i n I t a l y

Before starting, make sure the size of your **Blast Personal** is correct.  
The fit size and your weight must correspond to the configuration chosen at the time of purchase.

### **Available sizes:**

<b>EUROPE</b>	37	38	39	40	41	42	43	44	45
<b>UK</b>	4 ½	5	6	6 ½	7 ½	8	9	9 ½	10½
<b>USA m.</b>	5 ½	6	7	7 ½	8 ½	9	10	10 ½	11 ½
<b>USA w.</b>	6 ½	7	8	8 ½	9 ½	10	11	11 ½	12 ½
<b>MONDO P.</b>	23.5	24	25	25.5	26.5	27	28	28.5	29.5

### **Types of suspension available:**

<b>Soft shells</b>	<b>From 35 to 50 kg</b>
<b>Medium shells</b>	<b>From 50 to 65 kg</b>
<b>Hard shells</b>	<b>From 65 to 80 kg</b>
<b>Extra hard shells</b>	<b>From 80 to 110 kg</b>



## Package contents:

- ✓ **Blast Personal** complete and ready to use
- ✓ Medium elastic band (2 pcs)
- ✓ Instruction manual
- ✓ Coupling hook
- ✓ Cover bag
- ✓ Maintenance tool

## Blast Personal:

1. Blast personal boot
2. Laces
3. End-stop buffer
4. Shell
5. Side insert
6. Stabiliser
7. Dual-hardness sole
8. Sole clamp
9. Fastening screws



## How to wear Blast Personal

Before wearing the boot, undo the laces and loosen the strap and the buckle.

**Blast** is now ready to be worn. It is highly recommended **to wear Blast Personal while you are seated**.

Loosen the strap further by pulling out the tape but not beyond the label.



Once on, make sure the front flap is positioned correctly. Tighten the laces after inserting them into the hooks and eyelets.

Tighten the strap as desired but without over-tightening it.



*Insert the buckle into the hook, and adjust it as you prefer.  
The ankle must be as stable and secure as possible.*



*Finally, close the outer side lever. Do not exaggerate while performing these operations: comfort is one of Blast's strengths!*

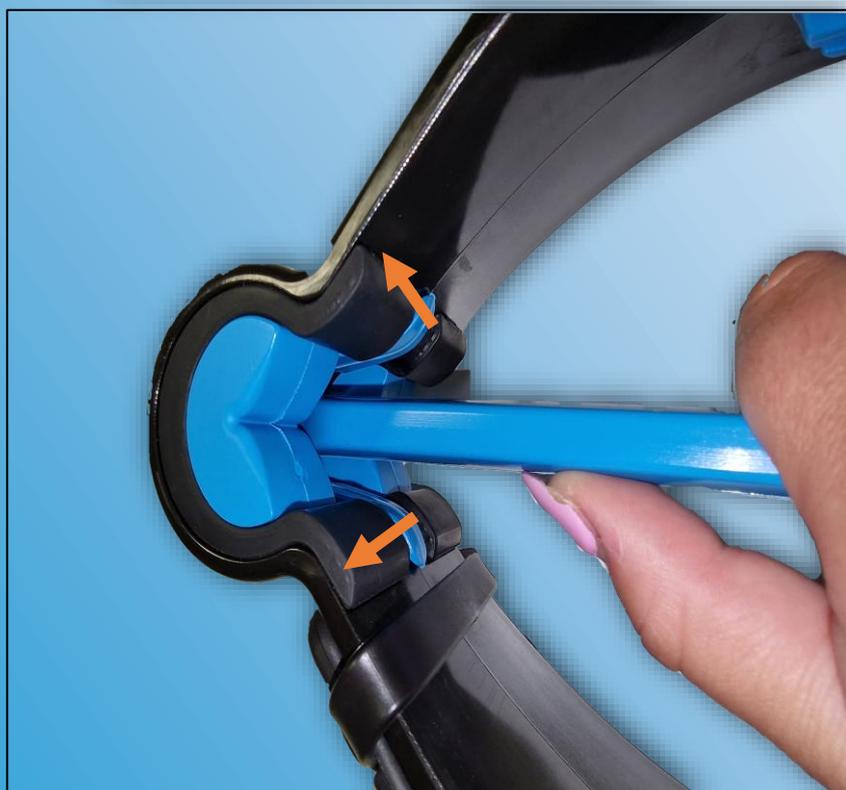


*When you are ready, stand up and try to find your balance. Shift your weight from one leg to the other and start taking small steps. Once you are familiar with your **Blast Personal** you are officially on the endless trampoline!*

***Blast shoes are the only rebound shoes in the world designed for low-intensity and high-energy training.***

*Thanks to a system patented by Blast, you can combine low-intensity training (with no elastic band) with high-energy workouts by inserting the central elastomer, as shown below.*

*The elastomer is inserted manually between the stabilisers by pressing.*



Similarly, to return to low-intensity mode, remove the central elastic band.

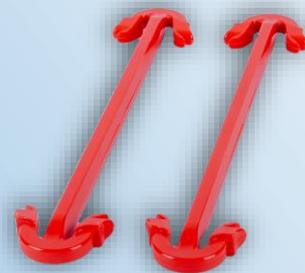
Apply pressure at the indicated point with the help of a small tool.



**Types of ELASTIC BANDS available :**



**Soft**



**Hard**

<b>Soft</b> (white)	<b>+ 5 kg</b>
<b>Medium</b> (blue)	<b>+ 10 kg</b>
<b>Hard</b> (red)	<b>+ 15 kg</b>
<b>Extra hard</b> (black)	<b>+ 20 kg</b>



**Medium**



**Extra hard**

## **Maintenance of Blast Personal**



### **STABILISERS**

*The stabilisers are press-fitted into the inner filling of the shell and can be easily removed without tools.*

*They stabilise the suspension during low-intensity use (walking, isometrics, proprioception).*

*They do not have defined durability but need to be checked every 40 to 50 hours of activity.*

**Never** use your Blast Personal without stabilisers!!!



## ***SIDE INSERT***

This soft rubber insert protects the shell from ground contact on the front and back areas.

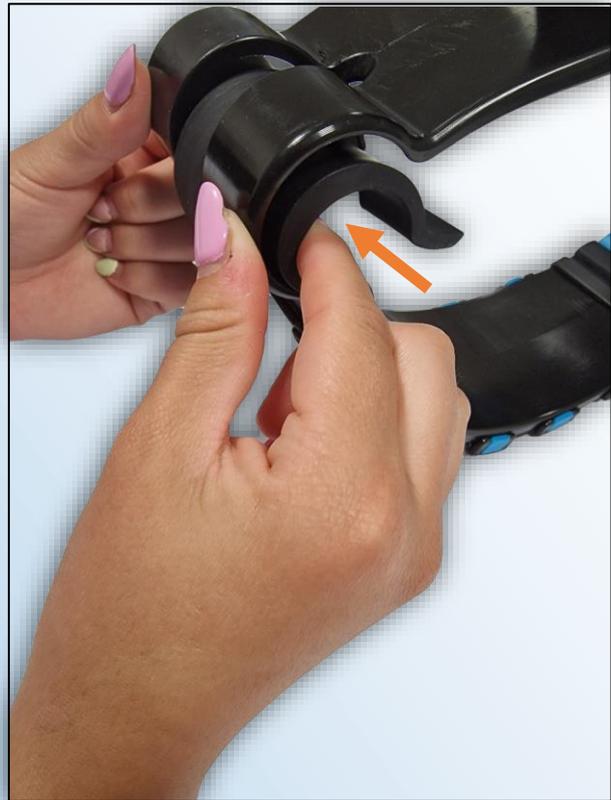
It is not subject to wear and tear or maintenance but should be checked periodically (approximately every 50 hours of use) even without removing it from its housing.



If necessary, a tool must be inserted into the indicated slot and pushed down in the direction of the arrow to extract the insert from the shell.



*To push the insert back into place, press it in with your hands, as shown in the figure.  
If necessary, use a tool.*



*Check regularly the tightening of the screws connecting the shell to the boot.*

*Use the supplied tool as shown in the figure also to replace the main shell by removing the screws.*



## **DUAL-DENSITY SOLE**

*Blast has developed a special dual-component sole capable of adhering to all surfaces while reducing the impact on the ground like modern running shoes.*

*The double colouring ensures particular visibility when used in an outdoor environment.*

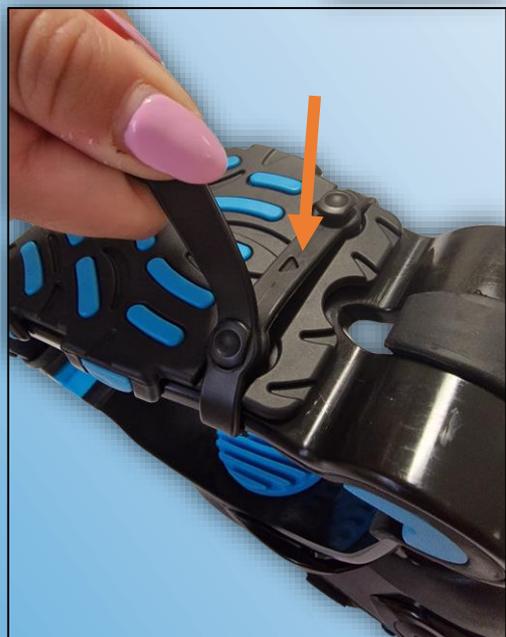
*Conditions of use determine sole wear; to replace the sole, remove the clamps, as shown in the pictures.*



*Lift the clamp head with the help of a small tool. The same procedure also applies to inserting.*



*To remove the clamp completely, pull it. Pay attention to the mounting direction indicated by the arrow pointing outwards from the sole.*



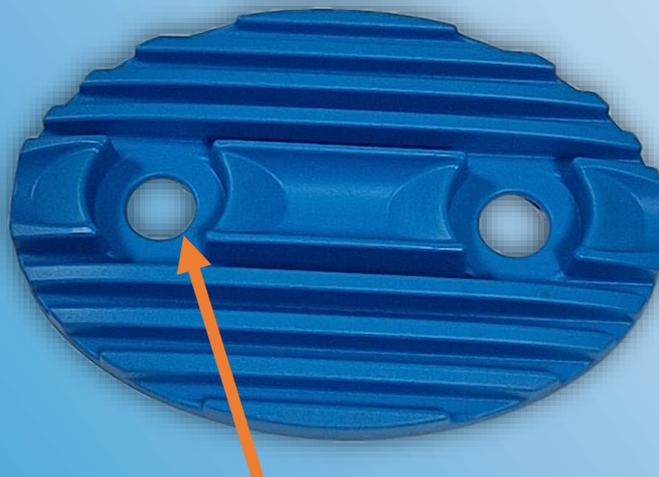
## **END-STOP BUFFER**

*When installing S and M hardness shells, the compensating washer shown in the figure is REQUIRED.*



**S and M shells**

*In the case of installation of H and EH hardness shells, the washer is not required.*



**H and EH shells**

## ***Accessories and spare parts:***

Below is a list of the spare parts available for the maintenance and customisation of your **Blast** rebound shoes.

			Quantity pairs
BLS6074	Laces		2
BLS6035	Pair of inner shoes (Size 37)		1
BLS6036	Pair of inner shoes (Size 38)		1
BLS6037	Pair of inner shoes (Size 39)		1
BLS6038	Pair of inner shoes (Size 40)		1
BLS6039	Pair of inner shoes (Size 41)		1
BLS6040	Pair of inner shoes (Size 42)		1
BLS6041	Pair of inner shoes (Size 43)		1
BLS6042	Pair of inner shoes (Size 44)		1
BLS6043	Pair of inner shoes (Size 45)		1

BLS6045	Thermoformed sole (size 37)		1
BLS6046	Thermoformed sole (size 38)		1
BLS6047	Thermoformed sole (size 39)		1
BLS6048	Thermoformed sole (size 40)		1
BLS6049	Thermoformed sole (size 41)		1
BLS6050	Thermoformed sole (size 42)		1
BLS6051	Thermoformed sole (size 43)		1
BLS6052	Thermoformed sole (size 44)		1
BLS6053	Thermoformed sole (size 45)		1
BLS6054	End-stop buffer		2
BLS6073	Screws		4

BLS6055	Soft shell		2
BLS6056	Medium shell		2
BLS6057	Hard shell		2
BLS6058	Extra hard shell		2
BLS6059	Side insert		4
BLS6060	Stabilisers		8
BLS6064	Soft elastic band		2
BLS6065	Medium elastic band		2
BLS6069	Hard elastic band		2
BLS6070	Extra hard elastic band		2
BLS6071	Single straps		4
BLS6072	Soles + straps		2 + 4

## **Guarantee**

*The Blast guarantee only covers any product defects caused before delivery to the customer, and that prevent the product from functioning correctly.*

***Blast** provides the legal guarantee required by the European Union from the date of delivery to the end customer. It only covers damage to the product attributable to construction defects, which are in no way attributable to misuse or inexperience on the end user's part.*

*The guarantee is valid if the product has been used according to the terms and recommendations in the instruction manual provided in the **Blast Personal** package or downloadable from the company's website.*

## **Safety**

*If you feel any discomfort, stop using **Blast** and ensure that your physical condition is optimal for this discipline.*

*Any modification of the tool using non-original parts results in a reduction in safety during use.*

*Avoid using **Blast** on slippery, wet or uneven surfaces.*

***Blast Personal** is not a toy; it is a sports tool not suitable for children aged under 12 years.*

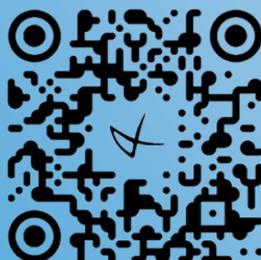
## **Recommendations**

*When repairing the tool, always replace worn parts with original spare parts and in the quantities specified in the spare parts table. Avoid using materials already used in combination with new parts: for example, never assemble a new shell with one previously used in the same pair of **Blast**.*

***Blast Personal** can be used both indoors and outdoors.*

*After each use, check the integrity of the various components.*

*In the event of any evident construction defects or malfunctions, the customer shall promptly contact the **Blast** company using the appropriate form on the official website: [www.blastjump.com](http://www.blastjump.com)*



# MANUALE **BLAST PERSONAL**

## ISTRUZIONI DI UTILIZZO



*È molto importante leggere e comprendere interamente questo manuale **PRIMA** di utilizzare l'attrezzo.  
Non usufruire dell' attrezzo prima di aver letto e capito integralmente questo manuale di istruzioni.*

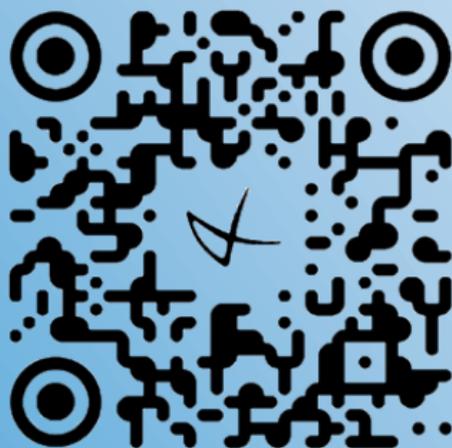
### **Introduzione:**

*Vogliamo ringraziarti per averci scelto. Ci auguriamo che **Blast Personal** possa soddisfare tutte le tue esigenze.*

Ti diamo il benvenuto in **BLAST  
THE JUMP REPUBLIC**

*Il design innovativo creato per voi rappresenta la massima espressione della personalizzazione possibile nel settore delle scarpe da rimbalzo.*

Per qualsiasi informazione su programmi di allenamento, novità ed aggiornamenti fai sempre riferimento al nostro sito web.



[www.blastjump.com](http://www.blastjump.com)

M a d e i n I t a l y

Prima di iniziare, bisogna accertarsi che la scelta del tuo **Blast Personal** sia corretta.

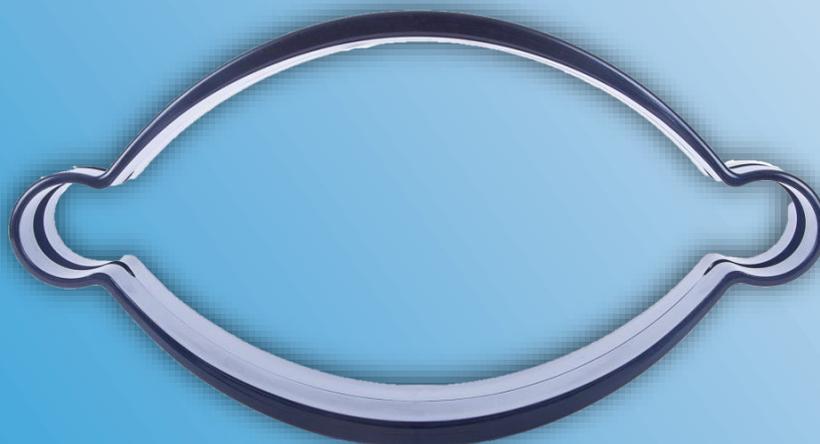
La misura della calzata ed il tuo peso devono corrispondere alla configurazione scelta al momento dell'acquisto.

### **Taglie disponibili:**

<b>EUROPE</b>	37	38	39	40	41	42	43	44	45
<b>UK</b>	4 ½	5	6	6 ½	7 ½	8	9	9 ½	10½
<b>USA m.</b>	5 ½	6	7	7 ½	8 ½	9	10	10 ½	11 ½
<b>USA w.</b>	6 ½	7	8	8 ½	9 ½	10	11	11 ½	12 ½
<b>MONDO P.</b>	23.5	24	25	25.5	26.5	27	28	28.5	29.5

### **Tipologie di sospensioni disponibili:**

<b>Archi soft</b>	<b>Da 35 kg a 50 kg</b>
<b>Archi medium</b>	<b>Da 50 kg a 65 kg</b>
<b>Archi hard</b>	<b>Da 65 kg a 80 kg</b>
<b>Archi extra hard</b>	<b>Da 80 kg a 110 kg</b>



## Presente nella confezione:

- ✓ *Blast Personal completo pronto utilizzo*
- ✓ *Elastico medium (2 pz)*
- ✓ *Manuale di istruzioni*
- ✓ *Gancio di accoppiamento*
- ✓ *Sacchetto contenitore*
- ✓ *Utensile di manutenzione*

## Blast Personal:

1. *Stivaletto Blast Personal*
2. *Lacci*
3. *Tampone fine corsa*
4. *Arco*
5. *Inserto laterale*
6. *Stabilizzatore*
7. *Suola a doppia durezza*
8. *Fascetta di bloccaggio suola*
9. *Viti di fissaggio*



## **Come indossare Blast Personal**

*Prima di utilizzare lo stivaletto, slaccia le stringhe ed allenta il velcro e la fibbia.*

*Blast è pronto per essere indossato.*

*E' estremamente consigliato **eseguire l'operazione di calzata da seduti.***

*Allentare ulteriormente il velcro sfilando la fettuccia non oltre l'etichetta.*



*Una volta calzato, assicurati che la linguetta frontale sia posizionata correttamente.*

*Stringi i lacci dopo averli inseriti nei ganci e nei passanti.*

*Chiudi il velcro a piacimento senza esagerare nel serraggio.*



*Inserisci la fibbia nel gancio, regola la chiusura a tuo gradimento.  
La caviglia deve risultare stabile e bloccata il più possibile.*



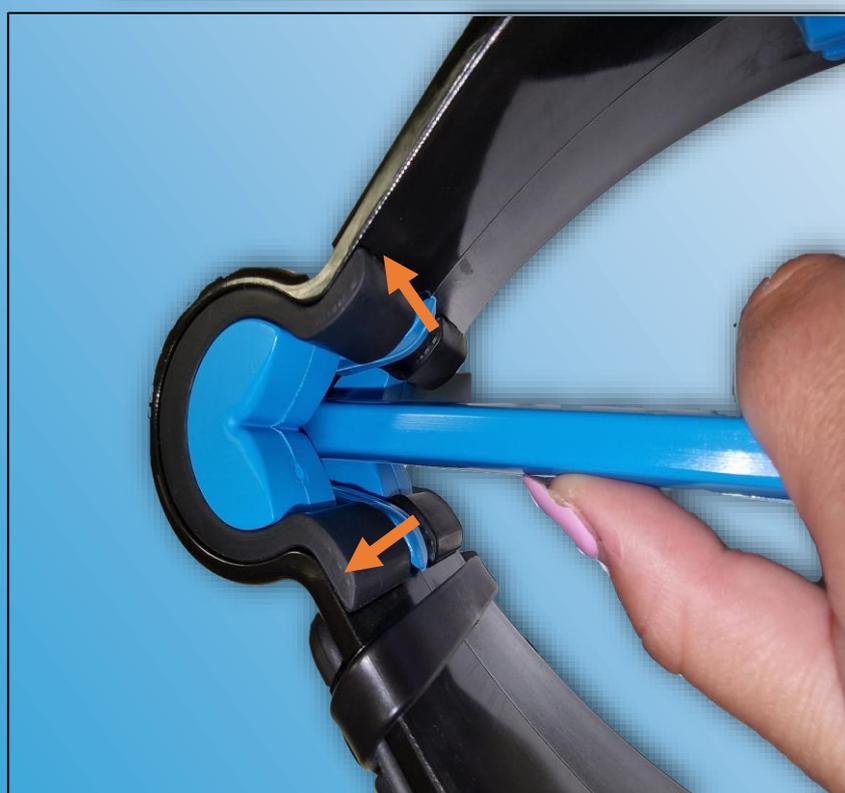
*Per finire, chiudi la leva laterale esterna. Tutte queste operazioni vanno eseguite senza esagerare.  
Il comfort è uno dei punti di forza di Blast!*



*Quando ti senti pronto, alzati in piedi e cerca di trovare il tuo equilibrio.  
Sposta il peso da una gamba all'altra e inizia a fare dei piccoli passi.  
Una volta presa confidenza con il tuo **Blast Personal** sei ufficialmente  
sull'infinito tappeto elastico!*

***Blast è l'unica calzatura da rimbalzo al mondo con cui ti puoi allenare in bassa intensità ed alta energia.***

*Grazie ad un sistema brevettato da Blast puoi unire un allenamento a bassa intensità (senza elastico) a quello ad alta energia, semplicemente inserendo l'elastomero centrale come indicato qui sotto. Quest'ultimo si innesta manualmente tra gli stabilizzatori con una semplice pressione.*



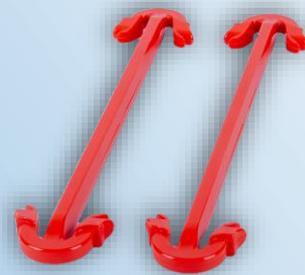
Allo stesso modo, per tornare in modalità di bassa intensità sarà sufficiente rimuovere l'elastico centrale.  
Fare pressione nel punto indicato con l'ausilio di un piccolo utensile.



### **Tipologie di elastici disponibili:**



**Soft**



**Hard**

<b>Soft</b> (bianco)	<b>+ 5 kg</b>
<b>Medium</b> (azzurro)	<b>+ 10 kg</b>
<b>Hard</b> (rosso)	<b>+ 15 kg</b>
<b>Extra hard</b> (nero)	<b>+ 20 kg</b>



**Medium**



**Extra hard**

## **Manutenzione Blast Personal**



### **Stabilizzatori**

*Gli stabilizzatori sono inseriti a pressione nel riempimento all'interno dell'arco, possono essere facilmente rimossi senza l'ausilio di utensili.*

*Servono a rendere stabile la sospensione durante l'utilizzo a bassa intensità (camminata, isometria, propriocezione).*

*Non hanno una durata definita ma vanno controllati ogni 40/50 ore di attività.*

**Mai** utilizzare Blast Personal senza gli stabilizzatori!!!



## **INSERTO LATERALE**

*Questo inserto in gomma morbida protegge l'arco dal contatto al suolo nella parte anteriore e posteriore.*

*Non è soggetto a usura o manutenzione ma va periodicamente controllato (circa ogni 50 ore di utilizzo) anche senza rimuoverlo dalla sua sede.*



*In caso fosse necessario, per estrarlo dall'arco è necessario inserire un utensile nella sede indicata e spingere verso il basso nella direzione dalla freccia.*



*Per inserire nuovamente l'inserto nella sede è sufficiente fare pressione con le mani come rappresentato in figura.  
In caso di necessità aiutarsi con un utensile.*



*Controllare periodicamente il serraggio delle viti che connettono la sospensione allo stivaletto.*

*Utilizzare l'utensile fornito in dotazione come rappresentato in figura anche per sostituire l'arco principale rimuovendo le viti.*



## **SUOLA A DOPPIA DENSITA'**

*Blast ha realizzato una speciale suola in doppio componente in grado di aderire a ogni tipo di superficie riducendo l'impatto al suolo come le moderne calzature da running.*

*La doppia colorazione garantisce una particolare visibilità in caso di utilizzo in ambiente outdoor.*

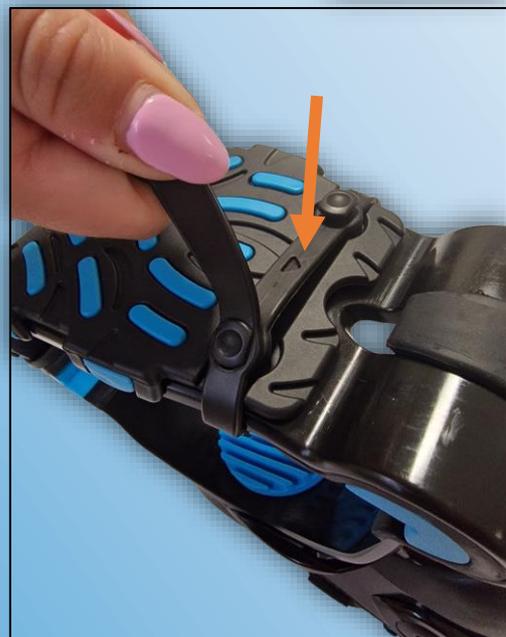
*La sua usura è determinata dalle condizioni di utilizzo, la sostituzione avviene tramite la rimozione delle fascette come indicato nelle immagini.*



*Sollevare la testa della fascetta con l'aiuto un utensile di piccole dimensioni, la stessa procedura rimane valida anche per l'inserimento.*



*Per rimuovere completamente la fascetta è sufficiente tirarla. Attenzione al verso di montaggio indicato dalla freccia che segnala la direzione esterna alla suola.*



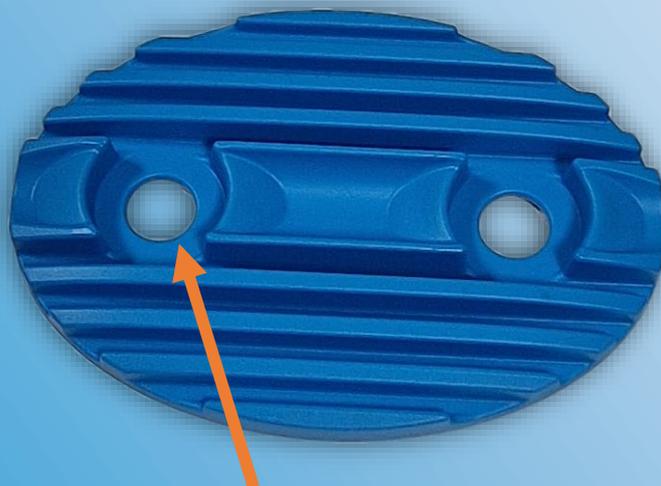
## **TAMPONE FINE CORSA**

*Nel caso di installazione su archi di durezza S e M è  
NECESSARIA la rondella di compensazione come  
indicato in figura.*



**Arco S e M**

*Nel caso di installazione su archi di durezza H e EH  
non è necessario utilizzare la rondella.*



**Arco H e EH**

## Accessori e ricambistica:

Di seguito trovi l'elenco dei ricambi disponibili per la manutenzione e la personalizzazione della tua calzatura da rimbalzo Blast.

			Q.TA PER PAIO
BLS6074	Lacci		2
BLS6035	Paio scarpetta interna (Tg. 37)		1
BLS6036	Paio scarpetta interna (Tg. 38)		1
BLS6037	Paio scarpetta interna (Tg. 39)		1
BLS6038	Paio scarpetta interna (Tg. 40)		1
BLS6039	Paio scarpetta interna (Tg. 41)		1
BLS6040	Paio scarpetta interna (Tg. 42)		1
BLS6041	Paio scarpetta interna (Tg. 43)		1
BLS6042	Paio scarpetta interna (Tg. 44)		1
BLS6043	Paio scarpetta interna (Tg.45)		1

BLS6045	Paio soletta termoformata (Tg. 37)		1
BLS6046	Paio soletta termoformata (Tg. 38)		1
BLS6047	Paio soletta termoformata (Tg. 39)		1
BLS6048	Paio soletta termoformata (Tg. 40)		1
BLS6049	Paio soletta termoformata (Tg. 41)		1
BLS6050	Paio soletta termoformata (Tg. 42)		1
BLS6051	Paio soletta termoformata (Tg. 43)		1
BLS6052	Paio soletta termoformata (Tg. 44)		1
BLS6053	Paio soletta termoformata (Tg. 45)		1
BLS6054	Tampone fine corsa		2
BLS6073	Viti		4

BLS6055	Arco soft		2
BLS6056	Arco medium		2
BLS6057	Arco hard		2
BLS6058	Arco extra hard		2
BLS6059	Inserito laterale		4
BLS6060	Stabilizzatori		8
BLS6064	Elastico soft		2
BLS6065	Elastico medium		2
BLS6069	Elastico hard		2
BLS6070	Elastico extra hard		2
BLS6071	Fascette		4
BLS6072	Suole ripristino+fascette		2 + 4

## **Garanzia**

*La garanzia Blast copre solamente eventuali difetti del prodotto causati in precedenza alla consegna al cliente e che ne impediscono il corretto funzionamento.*

*Blast fornisce la garanzia legale prevista dall'Unione Europea a partire dalla data di consegna al cliente finale. Essa copre unicamente i danni al prodotto imputabili a vizi costruttivi dell'attrezzo e che non siano in alcun modo imputabili a scorretto utilizzo o imperizia da parte dell'utilizzatore finale .*

*La garanzia è valevole se il prodotto è stato utilizzato secondo i termini e le raccomandazioni previste dal manuale di istruzioni fornito nella confezione del Blast Personal o scaricabile attraverso il sito web dell'azienda.*

## **Sicurezza**

*Se si avverte qualsiasi tipo di malessere, interrompere l' utilizzo di Blast e accertarsi che la propria condizione fisica sia ottimale per svolgere questa disciplina.*

*Modificare l'attrezzo con parti non originali comporta una riduzione di sicurezza durante l'utilizzo.*

*Evitare l'utilizzo di Blast su superfici scivolose, bagnate o irregolari.*

*Blast Personal non è un giocattolo, è un attrezzo sportivo non adatto a bambini di età inferiore ai 12 anni.*

## **Raccomandazioni**

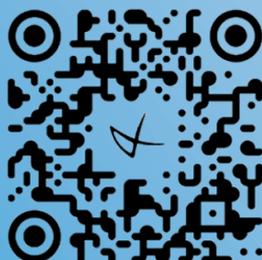
*In caso di ripristino dell'attrezzo, sostituire sempre le parti usurate con ricambi originali e nelle quantità previste dalla tabella della ricambistica.*

*Evitare assolutamente di utilizzare materiali già usurati in combinazione con ricambistica nuova: ad esempio, non assemblare mai un arco nuovo con uno già precedentemente utilizzato nello stesso paio di Blast.*

*Blast Personal è utilizzabile sia in ambiente indoor che outdoor.*

*Dopo ogni utilizzo verificare l'integrità dei vari componenti.*

*In caso di evidenti difetti costruttivi o malfunzionamenti, il cliente dovrà tempestivamente contattare la società Blast attraverso l' apposito modulo presente sul sito ufficiale. [www.blastjump.com](http://www.blastjump.com)*





E-mail: [info@blastjump.com](mailto:info@blastjump.com)  
Via Cavalier P. Radici, 22 Cazzano Sant'Andrea  
(Bg) 24026 Italy