



Спортивно-игровой комплекс  
**Ранний Старт Олимп**  
инструкция по эксплуатации

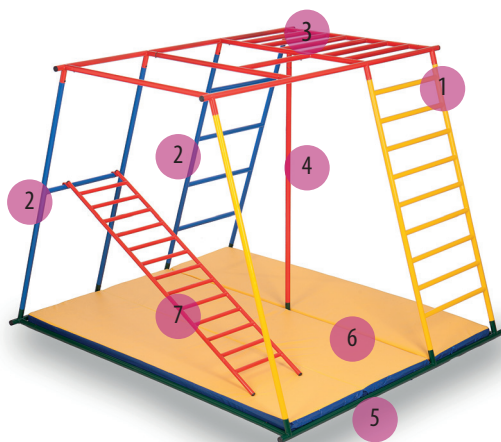
Поздравляем Вас!

Вы приобрели спортивно-игровой комплекс Ранний старт. Спорткомплексы Ранний старт подходят для детей от рождения до 6 лет. Автором спортивных комплексов и приложений к ним является Лена Данилова — педагог-методист, разработчик методик раннего развития детей, мама пятерых детей. Спорткомплексы Ранний старт получили высокую оценку специалистов (подробности на сайте [www.r-start.ru](http://www.r-start.ru)). Мы уверены, что Вы и Ваш малыш также по достоинству оцените Ранний старт и

получите массу удовольствия, осваивая этот спортивный комплекс. Занимаясь с раннего возраста на спорткомплексе Ранний старт, Ваш ребенок станет ловким, активным и сильным, и это станет залогом его дальнейших успехов в физическом развитии. Надеемся, что данная инструкция поможет в освоении спорткомплекса, а несложные увлекательные упражнения, преподнесенные в игровой форме, станут частью каждодневной жизни Вашего малыша.



## КОМПЛЕКТАЦИЯ СПОРТКОМПЛЕКСА РАННИЙ СТАРТ ОЛИМП



### Металлический каркас:

1. Наклонная шведская стенка из девяти ступеней (желтые детали),
  2. Наклонная шведская стенка из четырех ступеней, малый турник (синие детали),
  3. Рукоход на шесть ступеней и большой турник в верхней части каркаса (красные детали),
  4. Вертикальная перекладина (красная деталь),
  5. Основание спорткомплекса (зеленые детали),
  6. Гимнастический мат,
  7. Дополнительная лестница, которая может быть установлена на любую перекладину (только в полной комплектации),
- Инструкция по эксплуатации.

## ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ АКСЕССУАРЫ К СПОРТИВНОМУ КОМПЛЕКСУ РАННИЙ СТАРТ ОЛИМП

Чтобы наиболее полно использовать возможности спорткомплекса Ранний старт олимп и превратить физическое развитие в интересную и увлекательную игру для ребенка, рекомендуется приобрести к Вашему спорткомплексу дополнительные аксессуары. Получить подробную информацию об аксессуарах можно на сайте [www.r-start.ru](http://www.r-start.ru) в разделе «Дополнения к спорткомплексам».

### Спортивные аксессуары



Горка  
деревянная



Массажная  
роликовая доска



Скалодром  
деревянный



Роликовая дорожка  
32/45 роликов



Кольца пласти-  
ковые, деревянные



Трапеция  
деревянная



Качели  
деревянные



Качели  
дачные



Диск-качели



Качели  
трансформер



Канат



Лестница веревочная  
6, 9 ступенек



Лестница  
Скрипалева



Лестница  
елочка



Дополнительная  
лестница



«Сетка трапецие-  
видная-олимп»



«Сетка прямо-  
угольная-олимп»



Диск-балансир



Балансир-бревно



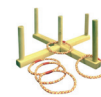
Балансир-  
квадратный



Груша  
боксерская



Баскетбольное  
кольцо



Кольцеброс деревян-  
ный с 5 кольцами



Скакалка с деревян-  
ными ручками



Канат для  
перетягивания

### Защитные аксессуары



Дополнительный  
страховочный мат



Мат  
гимнастический

### Игровые аксессуары



Гамак для Олимпа

### Творчество



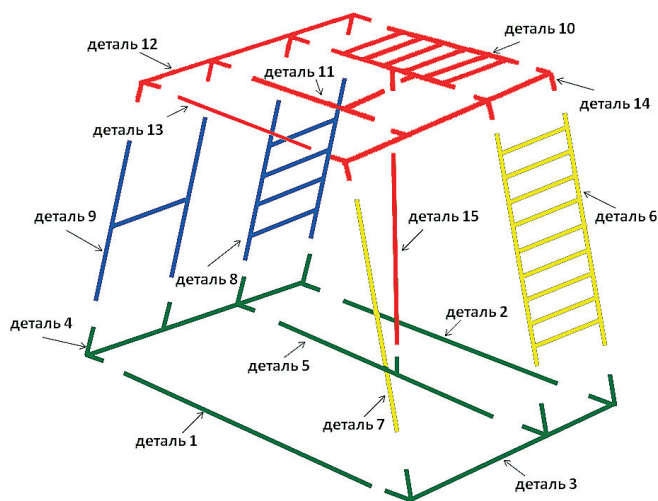
Мольберт



Песочница  
настольная

## СХЕМА СБОРКИ СПОРТКОМПЛЕКСА РАННИЙ СТАРТ ОЛИМП

**Внимание!** В процессе сборки не следует использовать молоток во избежание механических повреждений! Все соединения осуществляются с помощью «замка» в виде кнопки. При соединении деталей дождитесь характерного щелчка. Кнопка должна полностью войти в отверстие. Обращаем ваше внимание, что при соединении деталей с несколькими втулками важно избежать перекосов (деталь 3,4,12,14).



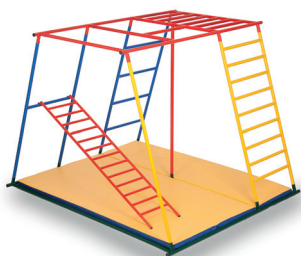
1. Соберите основание комплекса (зеленые детали 1-5).
2. Вставьте желтую шведскую стенку и желтую перекладину (детали 6 и 7) в отверстия соединительных трубок основания. Втулки шведской стенки должны входить в отверстия синхронно во избежание перекоса. Если перекоз все-таки произошел, следует вынуть деталь и вставить её повторно.
3. Вставьте синюю шведскую стенку и малый турник (детали 8 и 9) в отверстия соединительных трубок основания. Втулки должны входить в отверстия синхронно во избежание перекоса. Если перекоз все-таки произошел, следует вынуть деталь и вставить её повторно.
4. Отдельно соберите верхнюю часть комплекса (красные детали 10-14). Сначала соедините рукоход и большой турник (детали 10 и 11). Затем последовательно присоедините детали 12, 13 и 14. Втулки должны входить в отверстия деталей 12 и 14 синхронно во избежание перекоса. Если перекоз все-таки произошел, следует вынуть деталь и вставить её повторно.
5. Вставьте деталь 15 (красная вертикальная перекладина) в отверстие соединительной трубки детали 5 основания.
6. Соедините верхнюю часть комплекса с нижней, сначала закрепив в отверстия соответствующей соединительной трубкой (в детали 10) втулку детали 15. Втулки желтых и синих деталей должны входить в отверстия деталей 12 и 14 синхронно во избежание перекоса.
7. Проверьте плотность всех соединений.
8. Подложите мат под спорткомплекс, навесьте гимнастические снаряды.  
Ранний старт готов к эксплуатации!

## ПОЛОЖЕНИЯ СПОРТКОМПЛЕКСА РАННИЙ СТАРТ ОЛИМП

Спорткомплекс Ранний старт олимп может использоваться в трех различных положениях, что позволяет постоянно поддерживать интерес ребенка к спортивным занятиям.

**Внимание!** Не используйте для занятий и игр спорткомплекс, установленный в другие положения, кроме указанных ниже.  
**Не устанавливайте комплекс на красную сторону (рукоход) – это небезопасно!**

Положение 1



Положение 2



Положение 3



### Внимание!

#### Для обеспечения безопасности игры на комплексе:

- ! Не используйте спорткомплекс без гимнастических матов.
- ! Не разрешайте детям оставлять игрушки на гимнастических матах в зонах возможного падения ребёнка со снарядов комплекса.
- ! Ребенок на спорткомплексе должен находиться только босиком.
- ! Не оставляйте ребенка без присмотра во время занятий на спорткомплексе!
- ! Не разрешайте детям залезать на спорткомплекс с игрушками в руках, с едой в руках или во рту.
- ! При использовании спорткомплекса несколькими детьми одновременно не разрешайте им вдвоём залезать на один снаряд.

**Ранний Старт Олимп** подходит не только для дошкольников и младших школьников, – теперь Ранний старт может быть интересен даже подросткам!

Перекладины для лазания у «Олимпа» помогут подросткам пользоваться «Раннего старта» продолжать совершенствовать свои физические навыки – ловкость, гибкость, силу, координацию движений, превращая занятия спортом в увлекательную игру. Это самый функциональный спорткомплекс из серии «Ранний старт».



Особенно понравятся детям упражнения на шесте – эта дополнительная вертикальная опора придаёт спорткомплексу «жесткость» и значительно расширяет его возможности.

С его помощью можно быстро спуститься вниз, минуя лестницы, перелезть с одной стороны спорткомплекса на другую. А в положении «манеж» эта опора превращается в большой турник: через него можно перелезть, на нем можно кувиркаться, висеть и даже стоять и ходить по нему, держась за боковые стороны комплекса.



съехать вниз. Самые ловкие могут попробовать сначала уцепиться руками за верхние перекладины, а потом уже перебраться на боковую стойку.



Обратите внимание на маленький турничок – можно учиться кувиркаться, не боясь упасть с большой высоты. Вторая лестница с увеличенным расстоянием между ступеньками: можно не только забраться наверх, но и залезть в одно из окошек. Большой рукоход из 6 ступенек и брусья на верхней грани «Олимпа»: ещё больше возможностей для укрепления всех групп мышц будущих чемпионов.

Олимп создает огромные возможности для пролезания под и над перекладинами. Научите ребенка этим движениям и подскажите, какие варианты возможны. Подобные занятия помогают вашему ребенку стать ловким и гибким. Кроме того, если детей двое и больше – можно устраивать игры и эстафеты на перекладинах Олимпа: добраться до определенной точки, не касаясь пола; перебраться к определенному месту только по горизонтальным перекладинам; перебраться на другую сторону только на руках, не касаясь спорткомплекса ногами и пр. Попробуйте играть в известные дворовые игры, используя Олимп. Так, в игру «Стоп, земля!» можно играть на Олимпе даже в домашних условиях или на небольшом дачном участке.



**Дополнительные аксессуары** помогут разнообразить занятия на спорткомплексе и увеличат его функциональность в несколько раз. Поставьте горку с упором на ступеньку основной лестницы – площадь игровой зоны увеличится почти на половину! Скалодром превращает Олимп в надежный спортивный тренажер. Роликовая доска даст возможность укрепить свод стопы и добавит силовой нагрузки в упражнения.

Любые приставные аксессуары можно ставить и во внутреннюю площадь спорткомплекса. Упражнения в таком случае будут более аккуратными и позволяющими развивать координацию ребенка.

Преимущество **роликовой доски** в том, что массаж осуществляется без дополнительных усилий: как бы ребенок ни забирался или скатывался по роликовой доске, он невольно массирует стопу, икроножные мышцы, спину. Знакомство с роликовой доской

Положите роликовую доску на пол. Пусть ребенок проведет по ней руками, почувствует, как крутится каждый ролик, потом пройдет по ней ногами. Затем поставьте доску под небольшим углом – на этом этапе нужно страховать ребенка.

#### **Еду, как хочу!**

Дальше ребенок начнет скатываться и забираться на роликовую доску различными способами. Преимущество данного аксессуара в том, что массаж осуществ-

ляется без дополнительных усилий: как бы ребенок ни забирался или скатывался по роликовой доске, он невольно массирует стопу, икроножные мышцы, спину.

#### **Горка + Роликовая доска.**

Располагая горку и массажную роликовую доску под разными углами, вы многократно увеличиваете варианты перемещения по комплексу.

Ребенок учится находить новые способы передвижения, развивается глазомер, тренируется способность рассчитывать свои силы. Получается отличная полоса препятствий

**Скалодром** адаптирован для использования детьми с 2 лет без специальной подготовки в домашних условиях. Компактный и многофункциональный – этот скалодром не оставит равнодушным ни одного ребенка!

#### **Знакомство со Скалодромом**

При первом знакомстве обязательно покажите принцип лазанья по скалодрому: одновременно ребенок должен касаться 3 точек (2 руки и нога, 2 ноги и рука). При перемещении необходимо отрывать от поверхности только одну опору – руку или ногу.

Усложняем задачу – нужно подняться:

- только наступая и держась за отверстие;
- только наступая и держась за выступы.



**Тренируем руки.**

Ставим скалодром под небольшим углом (удобнее всего в положении «манеж»).

Задача: забраться наверх только подтягиваясь на руках. Как вариант – потом спуститься внутрь (тренировка рук в упражнении «тачка»).

**Лестница —Елочка.**

Еще один тренажер для развития координации, ловкости и подвижности у детей старше 1,5 лет. Ступеньки лестницы расположены в шахматном порядке, что позволяет ребенку, весело играя, забираться по ним.

Подниматься можно как наступая ногами, так и подтягиваясь руками (если установить горку практически вертикально).

Перекрестное направление движения благотворно влияет на развитие обоих полушарий мозга, что немаловажно в раннем возрасте.

**Развлечения.**

1) «Твистер»: на перекладины «Елочки» развешиваем цветные кольца (резинки для волос, браслеты, кольца от пирамидки) и превращаем ее в «Елочный твистер» (руки переставляем на перекладину с тем цветом, который называет мама)

2) «Кольцеброс»: бросаем колечки на перекладины.

Веревочная лестница и роликовая дорожка. Ступеньки, связанные веревками – такой простой и нужный для развития ребенка спортивный снаряд. Для развития координации ничего лучше и не придумать! Начинать заниматься на веревочной лестнице с 9 ступеньками мы рекомендуем детям старше 3 лет. Лестница Скрипалева - идеальный тренажер для развития координации и вестибулярного аппарата! Забираясь по ней, ребенок немного раскачивается, как бы балансирует из стороны в сторону. Это заставляет его удерживать равновесие и активно координировать движения рук и ног. Роликовая дорожка — аксессуар для спортивных игр, оздоровительных упражнений и

увлекательных мероприятий. Занятия на этой дорожке укрепляют мышцы ног, стимулируют нервные окончания, развивают координацию, ловкость и силу.

**Зоопарк.**

Превращаем комплекс в «клетку» – закрепляем лесенку вертикально в виде «заборчика». Ребенок изображает различных животных. Дальше звери выходят на прогулку из зоопарка (нужно выбраться из клетки – пролезть под лестницей, через «окошко», перешагнуть или перепрыгнуть, держась за перекладины комплекса). Не забывайте про забавные стихи про животных!

**Свистать всех наверх!** Закрепите веревочную лестницу снизу вверх (просто вертикально; по диагонали; перебросить через часть комплекса). Помните: чем сильнее натянута лестница, тем проще по ней подниматься! Главное – игровой сюжет!

Юный моряк – устанавливает или снимает флаг с мачты корабля. Можно запускать самолеты или собирать фрукты (цветные магниты на верхней перекладине). Спасать забравшегося наверх котенка и т.д. А можно сделать бинокль из бумаги и сверху рассматривать то, что происходит на полу.

**Гамак.**

Дополните «мостик» подушками, либо одеялом – получится отличный «гамак» для отдыха!

И не упустите из внимания настоящий гамак! Это не только игровой элемент, но и спортивный тренажер. Забраться в гамак ребенку дошкольного возраста не так просто, как кажется! Помогите ему только 1-2 раза, а дальше мотивируйте забираться самостоятельно. Качающаяся поверхность – аналог йога-гамака. А значит, это не только место для отдыха, но и спортивный аксессуар. Незаменимым станет Олимп на даче!





### Условия эксплуатации и гарантийное обслуживание

1. Спорткомплексы серии Ранний старт предназначены для эксплуатации детьми в возрасте до 6-7 лет.
2. Максимальная нагрузка на каркас спорткомплекса в процессе эксплуатации составляет 90 кг. Максимальная нагрузка на горку в процессе эксплуатации составляет 40 кг. Учитывайте это, если комплекс эксплуатируется несколькими детьми одновременно.
3. Маты изготавливаются из безвредного для здоровья материала. Перед эксплуатацией маты необходимо освободить от упаковки и протереть влажной тканью.
4. Каркас спорткомплекса может эксплуатироваться как в домашних условиях, так и в уличных. В случае эксплуатации на улице он не может подвергаться постоянному воздействию дождя или снега, поэтому должен быть защищен.
5. Маты и горка должны эксплуатироваться только в сухих помещениях при температуре от +5° С до +40° С.

Гарантия распространяется на следующие дефекты производства:

1. Сварку и окраску деталей каркаса
2. Деревянное полотно горки
3. Мягкие бортики горки – дефекты в поролоне и кожаменителе
4. Маты – качество материала и шитья

При обнаружении скрытых дефектов производства в течение гарантийного срока эксплуатации при наличии надлежаще оформленного гарантийного талона Покупатель имеет право на бесплатное устранение дефектов изделия либо на его замену в случае невозможности ремонта.

Экспертизу в данном случае проводит компания-изготовитель.

Гарантия не распространяется на:

1. Дефекты, вызванные ненадлежащим использованием изделия, использованием изделия либо его составляющих не по назначению (удар, вмятина, царапины, применение чрезмерной силы, длительное воздействие жидкостей, химических веществ, горячих предметов и пр.)
2. Механические повреждения и дефекты, вызванные нарушением правил транспортировки, хранения, эксплуатации.
3. Дефекты, вызванные действиями третьих лиц или действиями непреодолимой силы (последствия стихийных бедствий, наводнений, пожаров и пр.)

Производитель оставляет за собой право на внесение изменений в конструкцию и комплектацию спорткомплекса Ранний старт олимп без предварительного уведомления и после даты печати данной инструкции.

- 
- 
-

