



**JUMPING**<sup>®</sup>  
FITNESS 1500

Das  
**TRAMPOLIN**  
Power  
Workout

[www.jumping.fitness](http://www.jumping.fitness)












Ihr Jumping Profi-Trampolin  
für den Privatgebrauch  
erhalten Sie exklusiv  
bei FitnessWerk

[www.fitnesswerk.de](http://www.fitnesswerk.de)





# Vorwort

## Jumping - Das innovative Fitnesskonzept

Liebe Jumping-Fans und die,  
die es noch werden wollen.

Jumping Fitness hat sich durch die vielen Fans in kurzer Zeit zur absoluten Trendsportart entwickelt. Das Fitnesskonzept eignet sich für Studios, die nach einem besonderen Highlight im Kursprogramm suchen und für kreative Trainer, die Lust haben etwas Neues auszuprobieren. Jumping ist alles - Fitness und Wellness, riesen Spaß und pure Leichtigkeit. Jumping ist für alle - egal wie alt oder wie fit, Erfolgserlebnisse garantiert. Das Training ist immer auch eine „große Party“ und schon nach der ersten Stunde

auf dem Trampolin, kann man es einfach nicht mehr lassen. Diese Begeisterung möchten wir teilen, also wagen Sie den Sprung, erweitern und bereichern Sie Ihr Kursangebot durch ein außergewöhnliches Fitnessprogramm! Viel Spaß mit



wünscht Ihnen

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Jean-Pierre Ulrich".

Jean-Pierre Ulrich  
Vorstandsvorsitzender  
Jumping Fitness AG

A close-up of a black trampoline bar with a white "Jumping Fitness" logo on a grey rectangular plate attached to it. The logo consists of the word "Jumping" in a large, white, sans-serif font with a registered trademark symbol, and "FITNESS" in a smaller, white, sans-serif font below it, with a white swoosh underline under "FITNESS".

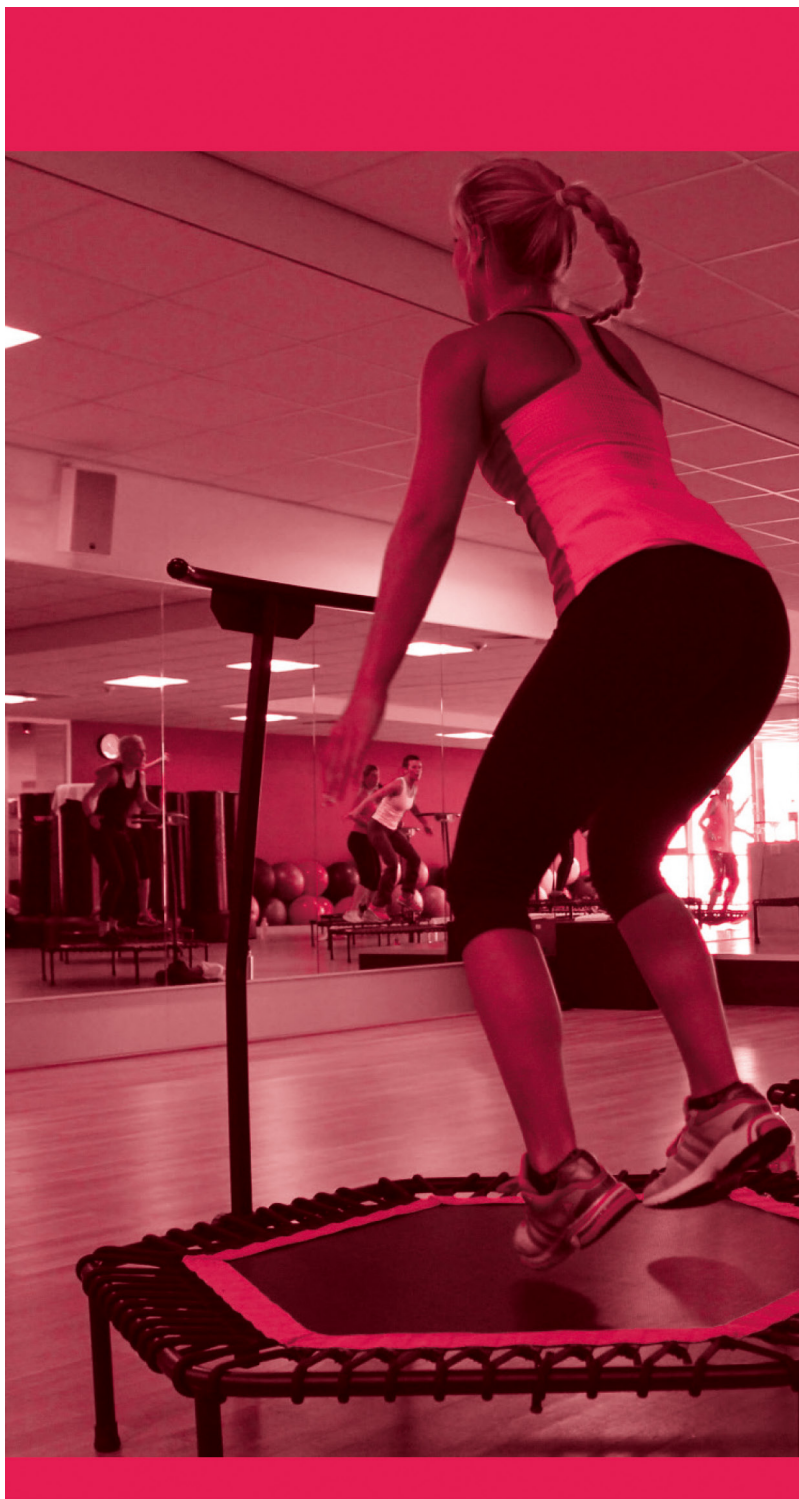
Jumping  
FITNESS

# Fitness Wellness

Auf der Suche nach einem Fitnessprogramm, das motivierend, effektiv und für jeden geeignet ist, haben zwei tschechische Fitnesstrainer ein einzigartiges **Power-Workout** auf einem speziellen Mini-Trampolin entwickelt. Jumping ist eine Kombination aus **hochdynamischem Ausdauertraining** und **energiegeladener Musik** - das perfekte Zusammenspiel kraftvoller Elemente und sprintähnlicher Sprünge. Das **intensive Intervalltraining** verbessert die Kondition und beschleunigt die Fettverbrennung. Der Körper wird geformt und gefestigt, das Ergebnis ist bei regelmäßigem Jumping schon nach kurzer Zeit sichtbar. Abgerundet wird das schweißtreibende Training durch

**Balanceübungen** und ausgedehntes Stretching. Dabei können die Kursteilnehmer das Maß auf dem Trampolin jederzeit selbst bestimmen. Das Spiel mit der Schwerkraft sorgt nicht nur für **gute Laune**, es vermittelt auch ein Gefühl der Freiheit und Unbeschwertheit, **gibt Mut und Selbstvertrauen**. Einfach mal fallenlassen! Beim Jumping kann man prima abschalten, die Alltagsorgen vergessen und sich der Schwerelosigkeit hingeben. Das lizenzierte Trainingskonzept unter professioneller Anleitung ist **ausgewogen und abwechslungsreich**, die **einfachen Grundschnitte** sind einprägsam und schnell zu lernen. Jumping eignet sich daher für eine große sportbegeisterte Zielgruppe.









# Körper Gesundheit

Die positive gesundheitliche Wirkung des Trampolinspringens ist nachgewiesen. Jumping hat zusätzlich einen besonders hohen Trainingseffekt, es ist **effektiver als Joggen**, im Gegensatz dazu aber **wesentlich gelenkschonender**.

## Glück

Jumping produziert Endorphine, setzt das körpereigene Glückshormon Serotonin frei und hilft so auch bei Stresskrankheiten und Depressionen

## ■ Konzentrations- und Reaktionsfähigkeit

Jumping verbessert die Interaktion zwischen den Gehirnhälften durch den Wechsel zwischen Schwerkraft und Schwerelosigkeit

## Muskulatur

Jumping stimuliert die Tiefenmuskulatur und stärkt den ganzen Körper

## ■ Herz-Kreislauf-System

Jumping hilft den Blutdruck zu senken und beugt kardiovaskulären Erkrankungen vor

## Rücken und Gelenke

Jumping stärkt die Rückenmuskulatur und schont gleichzeitig Wirbelsäule, Bandscheiben und Gelenke

## ■ Immunsystem

Jumping bringt das Immunsystem in Schwung, dadurch können Körpergifte und Stoffwechsellacken leichter abtransportiert werden

## Verdauung

Jumping massiert sanft den Magen-Darm-Trakt und intensiviert die Verdauung

## ■ Venenfunktion

Jumping pumpt das Blut aus den Venen zurück zum Herzen und beugt Krampfadern vor

## Atmung

Jumping vertieft die Atmung und erhöht die vitale Lungenkapazität

## ■ Fettverbrennung

Jumping regt fettverbrennende Enzyme an und bringt den Stoffwechsel in Gang

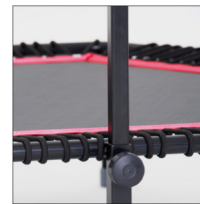


# Trampolin Jumping-Profi

Jumping hat sich seit seiner Entstehung konstant weiterentwickelt, dadurch wurden auch die Ansprüche an das Trainingsgerät immer umfangreicher.

Ausgehend von der runden Grundform eines Trampolins mit Stahlfedern bis hin zum sechseckigen Funktionsdesign mit Gummiseilen für eine flexible Bespannung, welche **maximalen Belastungen** trotz eines **minimalen Gesamtgewichts** von 13 Kilo standhält.

Die **lange Lebensdauer** des Materials wurde sorgfältig getestet und das Profi-Trampolin exakt auf das **lizenzierte Konzept von Jumping** abgestimmt.



## Preise:

### Für Gewerbetreibende

349 €\*  
Mindestabnahme 5 Stück  
Alle Preise zzgl. MwSt.  
Mengenrabatt auf Anfrage!

Basic-Seminar

375 €

Versand 1-9 Trampoline gesamt

120 €

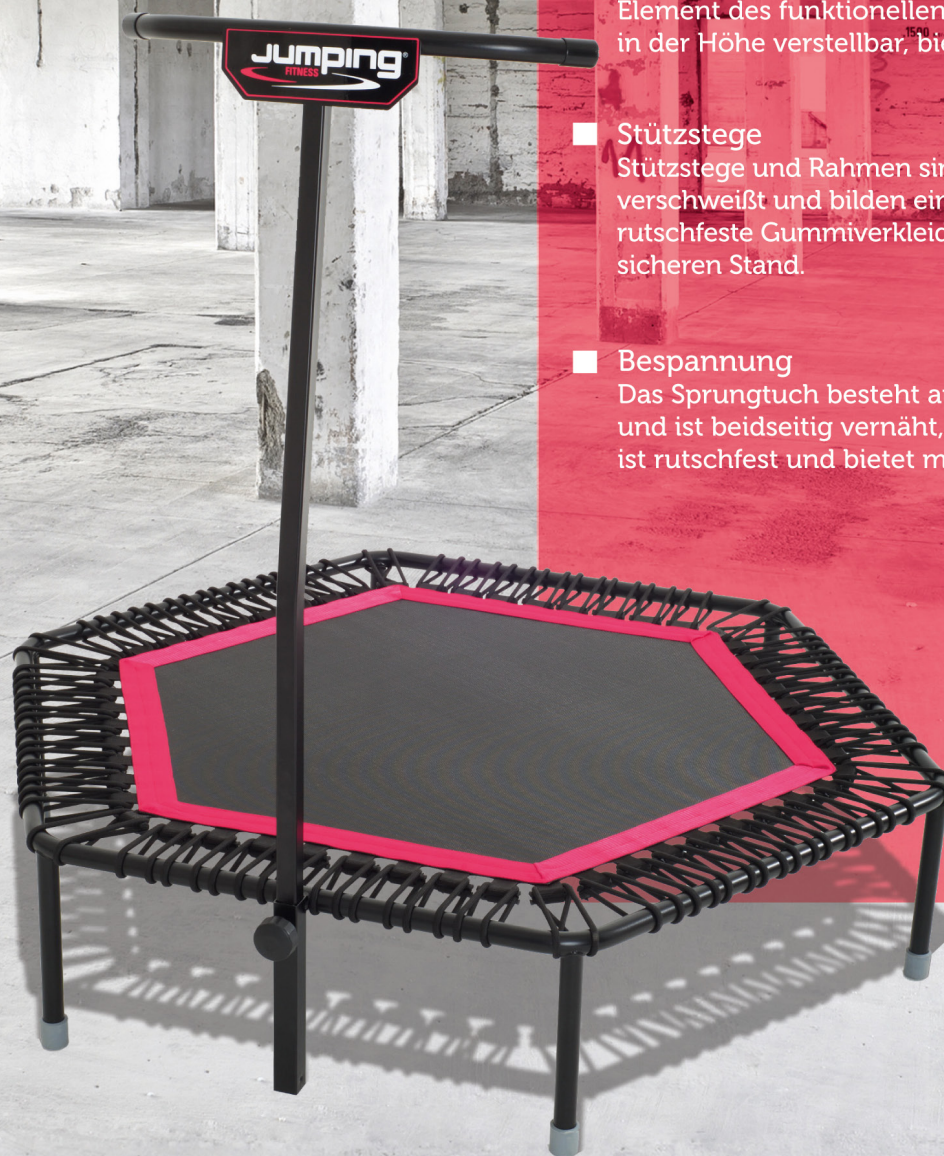
Versand ab 10 Trampoline pro Stk.

10 €

### Für Privatkunden

Bestellbar auf [www.fitnesswerk.de](http://www.fitnesswerk.de)  
inkl. Versand und MwSt.

499 €



#### ■ Haltegriff

Der Haltegriff mit Arretierung ist das zentrale Element des funktionellen Designs, er ist individuell in der Höhe verstellbar, bietet Stabilität und Komfort.

#### ■ Stützstege

Stützstege und Rahmen sind sorgfältig miteinander verschweißt und bilden eine stabile Einheit, die rutschfeste Gummiverkleidung garantiert einen sicheren Stand.

#### ■ Bespannung

Das Sprungtuch besteht aus antistatischem Gewebe und ist beidseitig vernäht, die sechseckige Sprungfläche ist rutschfest und bietet mehr Raum in der Diagonalen.

#### ■ Gummiseile

Das System der Abfederung durch Gummiseile benötigt wenig Wartung und gewährt dynamische Elastizität ohne unerwünschte Nebengeräusche.

#### ■ Rahmen

Die geschützte Rahmenkonstruktion aus zwei Millimeter starkem, kratzfestem Stahl erhöht die Qualität der Federbewegung und ist in dieser Form einzigartig.

Größe des Trampolins:  $\varnothing$  130 cm  
Größe der Sprungfläche:  $\varnothing$  110 cm  
Gewicht: 13 kg  
Lagerung: 1,3 m<sup>2</sup>





### DIE GROSSE CHANCE...

**Oliver Pocher** (u.a Komiker, Musiker und Schauspieler),  
**Larissa Marolt** (österr. Model und Schauspielerin)



SAT.1

**Alexandra Birkholz**  
(Fitness Expertin)



### SCOOTER VIDEO DREH „BIG BOOM BLITZ“

mit **Nikeata Thompson**  
(u.a. Tänzerin und Choreografin)  
und **H. P. Baxxter** (Sänger)

### BLOGGER EVENT

**Janina Uhse**  
(Schauspielerin)



### WETTEN, DASS...

**Markus Lanz** (Moderator)



### WETTEN, DASS...

**Annette Frier**  
(Schauspielerin), und  
**Anastacia** (Sängerin)  
**Hape Kerkeling** (u.a.  
Komiker, Autor, Sänger)





# Jumping in der Presse

„Ich habe keine Ahnung wieviel Kalorien ich grade verbraucht habe, aber ich habe das Gefühl, richtig was getan zu haben. Es war sehr anstrengend, hat aber unheimlich viel Spaß gemacht. Ach, und Muskelkater hatte ich am nächsten Tag tatsächlich nicht!“

## ■ ZDF Reporterin

„Auf jeden Fall komme ich wieder und werde es weiterempfehlen. Weil es riesen Spaß macht und man durch die Musik soviel Power bekommt und extrem motiviert wird. Das ist mal was ganz anderes und macht einfach Spaß!“

## ■ Sat.1 Reporter

„Zur Hölle, Trampolinspringen ist doch eigentlich was für seichte Gesellen? Denkste – die Dinger sind Hardcore für Kraft und Koordination! Zehn Minuten sollen genauso anstrengend sein wie eine halbe Stunde Joggen – jepp, das würde ich jetzt direkt unterschreiben.“

## ■ Fit for fun

„Uhhh, das ist aber geil!“

## ■ Hape Kerkeling

„Viele unserer Mitglieder haben durch Jumping schon sehr erfolgreich abgenommen. Eine Veränderung des Bindegewebes ist bereits nach kurzer Zeit sichtbar! Das Intervalltraining auf dem Trampolin verkürzt nicht nur die Trainingszeit, bei gleichbleibendem Energieverbrauch, es ist auch ein Motivationsgerät, das unsere Mitglieder wieder besser an uns bindet. Ein Erfolg, der unbezahlbar ist.“

## ■ Fitness und Gesundheit

„Jumping Fitness ist genau das Richtige für alle, die sich nicht an Geräten quälen möchten und vielleicht genug von den herkömmlichen Fitness-Kursen haben.“

## ■ Shape Magazin



Jumping Fitness AG  
Amalienpark 4  
13187 Berlin

Tel.: 030-60984937  
Fax: 030-60984936  
Mail: [info@jumping.fitness](mailto:info@jumping.fitness)  
Web: [www.jumping.fitness](http://www.jumping.fitness)

HRB 167530 B Amtsgericht Charlottenburg