

Comment choisir ses élastiques

NOS RECOMMANDATIONS DES ÉLASTIQUES SELON VOTRE BUT PRINCIPAL D'ENTRAÎNEMENT ET EN FONCTION DE VOTRE POIDS :			
Type d'utilisation et poids	Léger entraînement de fitness pour renforcer doucement l'équilibre et dynamiser la lymphe. Mouvements principaux : Oscillations et sautilllements 1	Entraînement de fitness intensif pour une sollicitation élevée du système cardio-vasculaire. Mouvements principaux : Sautilllements et sauts 2	Entraînement de fitness très intensif et aérobic avec une fréquence de saut très élevée. Mouvements principaux : Sauts (p.ex. footing d'endurance) 3
jusqu'à 60 kg	doux (clip argenté)	moyen (clip bleu)	fort (clip jaune)
jusqu'à 90 kg	moyen (clip bleu)	fort (clip jaune)	extra fort (clip rouge)
jusqu'à 120 kg	fort (clip jaune)	extra fort (clip rouge)	ultra fort (clip vert)
jusqu'à 150 kg	extra fort (clip rouge)	ultra fort (clip vert)	non recommandé
jusqu'à 200 kg	ultra fort (clip vert)	non recommandé	non recommandé

Malgré ces recommandations, si vous n'êtes pas entièrement satisfait de vos élastiques, contactez nous par courriel à info@bellicon.fr ou au +33(0)3 59 56 97 83 dans les plus brefs délais.

Si plusieurs personnes se partagent un bellicon@...

Si plusieurs personnes de poids différents souhaitent se partager un bellicon®, c'est possible. Choisissez simplement les élastiques correspondant au poids le plus élevé.

Pour résumer, en fonction du type d'entraînement envisagé :

Fitness léger pour toute personne de moins de 200 kg (en choisissant l'une des tensions d'élastique indiquée dans la colonne 1)

Fitness léger + intensif pour toute personne de moins de 150 kg (en choisissant l'une des tensions d'élastique indiquée dans la colonne 2)

Fitness léger + intensif + très intensif pour toute personne de moins de 120 kg (en choisissant l'une des tensions d'élastique indiquée dans la colonne 3)

Exemples : pour une personne qui aurait entre 90 et 120 kg et qui pourrait uniquement envisager des oscillations et des sautilllements, il faudrait choisir "fort". Si l'entraînement devenait cependant trop intensif, elle finirait évidemment par toucher le sol. S'il s'agit d'une personne qui envisage un entraînement très intensif, il faudra choisir "ultra-fort".

En conséquence,

les personnes de plus de 120 kg ne peuvent faire de l'entraînement très intensif

et les personnes de plus de 150 kg ne peuvent faire ni entraînement intensif, ni entraînement très intensif.

NB1 : personnellement, avec mes 53 kg actuels, bellicon® m'a conseillé le « moyen », ce qui me permet aussi de faire de l'« intensif ». Evidemment, vu mon poids « plume », je peux même aller jusqu'au « très intensif » sans dommage pour les élastiques. La toile est bien sûr un peu dure mais c'est sans conséquence pour moi.

NB2 : par contre, si l'utilisation du trampoline devait provoquer des maux de dos par exemple, il faut envisager une tension moins forte pour les élastiques.

Dans ce cas, comme indiqué sous le tableau, il suffit, dans un **déla**i de 15 jours maximum, de téléphoner à bellicon® France au +33(0)3 59 56 97 83 ou d'envoyer un courriel à info@bellicon.fr.

Avez-vous besoin de conseils pour choisir la tension des élastiques ?

Appelez-moi au 03 88 29 64 87, 7j / 7 de 9h à 21h. En cas d'absence, laissez-moi un message avec un téléphone et les heures d'appel souhaitées.

Comment remplir le bon de commande et paiement

Le bon de commande, sur une seule page, comporte 4 parties (voir la dernière page de ce document). La partie 1 peut sembler, à première vue, un peu compliquée. Pas tant que cela en réalité.

Partie 1 : choix de toutes les options du trampoline et éventuellement des accessoires

Alors voici un exemple, pour une commande « minimale » : pour un bellicon® édition noire, de 112 cm de diamètre, avec des pieds vissables, pour une personne « standard », d'un poids « moyen », cocher :

1. « bellicon® édition noire » pour le cadre
2. « 112 cm » pour le diamètre
3. « pieds vissables »
4. la « couleur » choisie de la toile de saut bicolore
5. la couleur choisie pour les élastiques
6. « moyen » pour la « tension des élastiques »

Ce choix de la tension des élastiques est le seul point un peu délicat, pour les personnes qui se situeraient dans des extrêmes en matière de poids. Voir la première page de ce document.

Cette partie 1 se termine par la case « Mes commentaires » destinée à indiquer qui vous a recommandé le bellicon®. (ici : histoires-de-guerisons.com) et éventuellement à préciser une autre adresse de livraison.

Partie 2 : votre adresse de livraison

A ne surtout pas oublier (pour une commande par courrier ou fax) !

Partie 3 : choix du mode de paiement

3 types de paiement sont possibles :

- **pré-paiement (internet, téléphone, courrier, fax**)**

C'est un paiement d'avance par virement bancaire. Après la commande, bellicon®. envoie une facture par email ou par voie postale si le client ne dispose pas d'internet (avec une date limite de validité), comportant les coordonnées bancaires de bellicon® qu'il conviendra de communiquer à la banque pour procéder au virement. Virement qui peut également se faire sur le site internet de la banque. La marchandise est alors expédiée dès réception de la somme sur le compte de bellicon®.

L'avantage de cette procédure de pré-paiement est qu'il est possible de ne pas donner suite après réception de la facture..... si on change d'avis.

- **carte de crédit (internet*, téléphone, courrier**, fax**)**

Le montant de la facture est prélevé sur la carte bancaire (MasterCard / Visa). La marchandise est alors expédiée dans les plus brefs délais.

- **Paypal (uniquement par internet)**

Sous condition de posséder un compte Paypal. La marchandise est alors expédiée dans les plus brefs délais.

A noter que les paiements par chèque ne sont pas possibles.

En résumé :

	Internet	Téléphone	Courrier	Fax
Pré-paiement	oui	oui	oui	oui
Carte de crédit*	oui	oui	oui**	oui**
Paypal	oui	non	non	non
Adresse mail nécessaire	oui	non	non	non

* les 3 chiffres constituant le cryptogramme au dos de la carte bancaire ne sont pas demandés, sauf pour la commande par internet, ce qui est habituel.

** : déconseillée ?

Au montant total de votre commande s'ajoute une **participation** aux frais de livraison en fonction du pays destinataire.

Livraison qui peut se faire actuellement vers les pays suivants : France métropolitaine (conditions particulières pour les îles), Belgique, Luxembourg, Canada, Suisse, A, CZ, E, F, GB, I, DK, FIN, H, IRL, P, PL, S, SK, BG, EST, LT, LV, RO, SLO.

Partie 4 : validation de la commande

A compléter.

NB : les prix actuels sont valables jusqu'au 31 décembre 2014. Les bureaux de bellicon® étant fermés de l'après-midi du 24 au 28 décembre inclus, les commandes faites le week-end du 20/21 décembre par exemple, seraient encore traitées avant Noël avec livraison possible dès après Noël.