

この度は当製品をお買い上げいただき誠にありがとうございます。使用前に、この取扱説明書を最後までお読みのうえ正しい使い方でご愛用ください。この取扱説明書は組み立て後も捨てずに、大切に保管しておいてください。

- 安全のため、本製品の組み立て・取り外しの際は必ず軍手などの手袋を着用して大人2人で行ってください。また、ボルト・ナット・パイプなどに手や指をはさまないようにしてください。
- 本製品を長期にわたりご使用いただく為、ボルトの締まり、金属バリ等の有無・変形、また全ての溶接箇所にはひび割れ等がないかご確認ください。
- 組み立て前に部品が全て揃っているか、必ずご確認ください。万が一揃っていない場合は、決して組み立てはしないでご購入になった販売店または弊社までご連絡ください。

品質表示

外形寸法: 本体 / (約) W320×D1360×H620 (mm)
背板 / (約) W260×D1030 (mm)
構造部材: スチール

警告

本製品の使用は健康な人を対象としております。次の様な方は事前に医師に相談してください。

- 妊娠中の方
- 心臓病、呼吸器障害、高血圧ほか、身体に持病や傷害のある方
- 50歳以上の方
- リハビリテーションとして使用される方

ご使用前にご確認ください。

- ご使用前に必ず各ボルトやナット、各部品が確実に固定できているかをご確認ください。
- ご使用前に高さ調節部、支柱等がしっかりと固定されており、また、運動しやすいように調整されているかどうかをご確認ください。

次の様な方はご使用にならないでください。

- 体重が100kg以上の方
- (本製品の使用体重制限は最大100kgです)

注意

準備・整理体操を行ってください。

- 運動の前にはストレッチなどで軽く身体を動かしてほぐしてください。直接トレーニングされると、筋肉等を傷めてしまう恐れがあります。
- ご使用の前の準備体操は、思わぬケガを防ぎ、ご使用後の整理体操は体力回復に繋がります。必ず実行してください。

運動中のご注意

- 安全の為、ピンやボールペン等をポケットに入れたり、衣服をつけたままでの運動は決してしないでください。
- 体を冷やさないよう暖かく換気の良い部屋でご使用ください。
- トレーニングの最中、息を止めたままでの運動を行う事はお止めください。
- 動悸・めまい等体に異常を感じた場合は直ちに使用を中止し、医師にご相談ください。
- 滑りにくく、段差のない水平な広い場所に置いてご使用ください。
- 小さなお子様が近づかないよう十分にご注意ください。

不当な修理・分解・改造をしないでください。

- 不当な修理・分解・改造は、破損・故障・ケガの原因となり危険ですので、お止めください。

無理な運動をしないでください。

- 急激に運動量を増やしますと体調を崩す場合がありますので無理な運動をせず、徐々に体を慣らすよう心がけてください。
- 運動中に気分が悪くなった場合は直ちに運動を中止し、かかりつけの医師に診断を受けてください。
- 運動の前にはアルコール類を飲用しないでください。
- 健康の為、食前・食後 30分は運動を避けてください。また、飲食・喫煙をしながらの運動はお止めください。

本製品は一般家庭用筋力トレーニング製品です。

- トレーニングセンターなど不特定多数の方が連続使用する場所または、業務用としてのご使用は絶対にしないでください。

ださい。また、お子様はご使用にならないでください。

- 勢いをつけて乗ったり、乱暴に動かしたりしないでください。運動中に破損する恐れがあります。
- 本製品は決して2人以上でご使用にならないでください。
- 本製品への巻き込みを防ぐため、運動中は身体サイズの合った運動着を着用し、ソックスとゴム底またはスポンジ底の運動靴を履いてご使用ください。

傷を付けないようにご注意ください。

- 廊下やフローリング、畳の部屋でご使用になると床に傷を付ける場合があります。必ず、カーペット等を敷き、傷を付けないようにご注意ください。
- 本製品は必ず室内でご使用ください。

次の様な方は大人が付き添ってご使用ください。

- お年寄り・お子様・体の不自由な方。
- リハビリ用としてご使用になる場合。

●本製品を脚立や踏み台代わりに使用しないでください。

- この説明書を紛失されても再発行はお受けいたしかねます。

次のような場所には設置・保管をしないでください。

- 塩害に高温になる場所や低温になる場所。
- 屋外・直射日光の当たる場所や熱器具の近く。
- ホコリや湿気の多い場所。
- 油煙や湿気の当たる場所。
- 傾いたり、滑りやすい不安定な場所。
- 風通しの悪い場所。
- 振動の多い場所。
- 運動の際には十分にスペースをとり、前後に人がいないかを確認して1人づつでご使用ください。

本製品のお手入れについて

- 本製品を長期にわたりご使用いただく為、定期的に汚れ等をふき取ってください。また、汚れが落ちない場合は、中性洗剤を薄めた液でふき取ってください。

- 本製品は塗装加工していますのでシンナー系や酸系の強い洗剤でのお手入れはお止めください。
- 長期間保管され、再び使用される場合は必ず本書の警告・注意事項を再度ご確認ください。

- 故障やその他の問題が発生した場合は、お手数ですがご購入された販売店、または弊社までご相談ください。

※本製品は改良のため、仕様・外観などが予告なく変更する事がありますのでご了承ください。

※使用目的以外のご使用は決してしないでください。

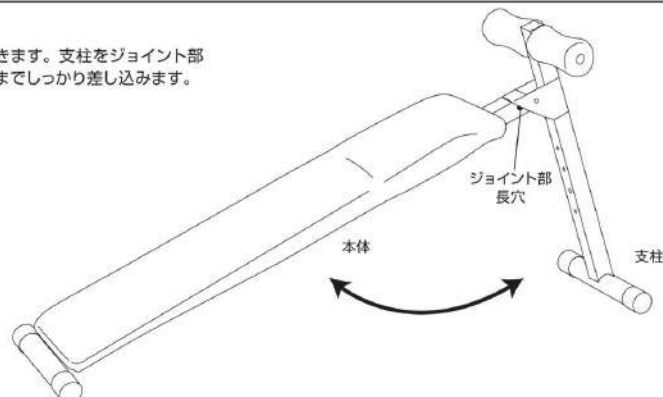
※製造者は、この取扱説明書の説明や、注意に従わず起きた事故等に対しては、どんな責任も負いかねます。

組み立て順序

■各締め付け箇所は仮止めし、組み立て完成后各箇所をしっかりと締め直してください。

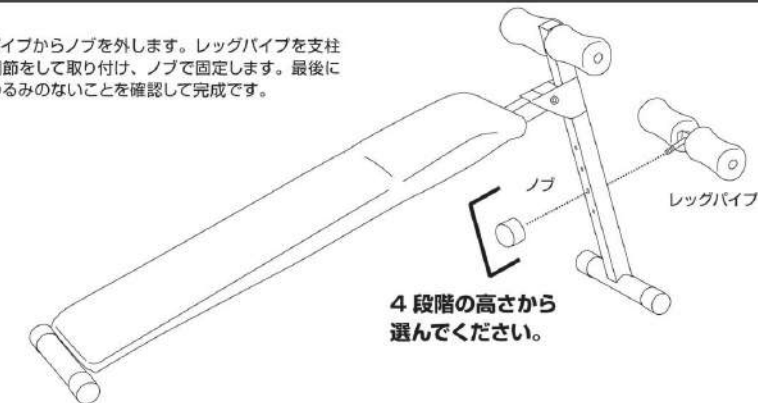
1

本体を開きます。支柱をジョイント部長穴の奥までしっかり差し込みます。



2

レッグパイプからノブを外します。レッグパイプを支柱に高さ調節をして取り付け、ノブで固定します。最後に各部にゆるみのないことを確認して完成です。



4段階の高さから選んでください。

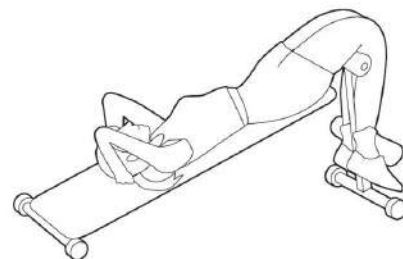
収納時

支柱から本体を引き離すようにスライドさせると、右図の様に折りたたむことができます。



使用例

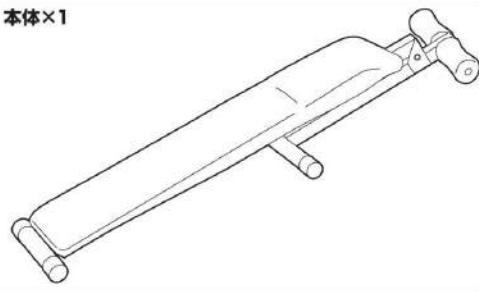
腹筋運動



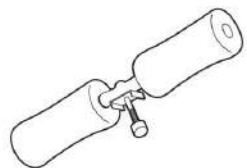
部品明細

■組み立てる前に部品が揃っている事を御確認ください。

本体×1



レッグパイプ(スポンジノブ付)×1



スパナ×2



！手をはさまないようにご注意ください。

当製品につきまして
ご不明な点がございましたら
右記まで御連絡ください。

お客様相談窓口 フリーダイヤル

0120-069-060

AM9:00~PM5:30 土・日・祝除く

※故障及びお問い合わせは、お買い求められた販売店までお申し付けください。※商品の仕様は予告なく変更される場合があります。

発売元 株式会社 山崎 〒216-8505 川崎市宮前区宮崎156
サーキュレート係

H無断複製 転載禁止 09-10