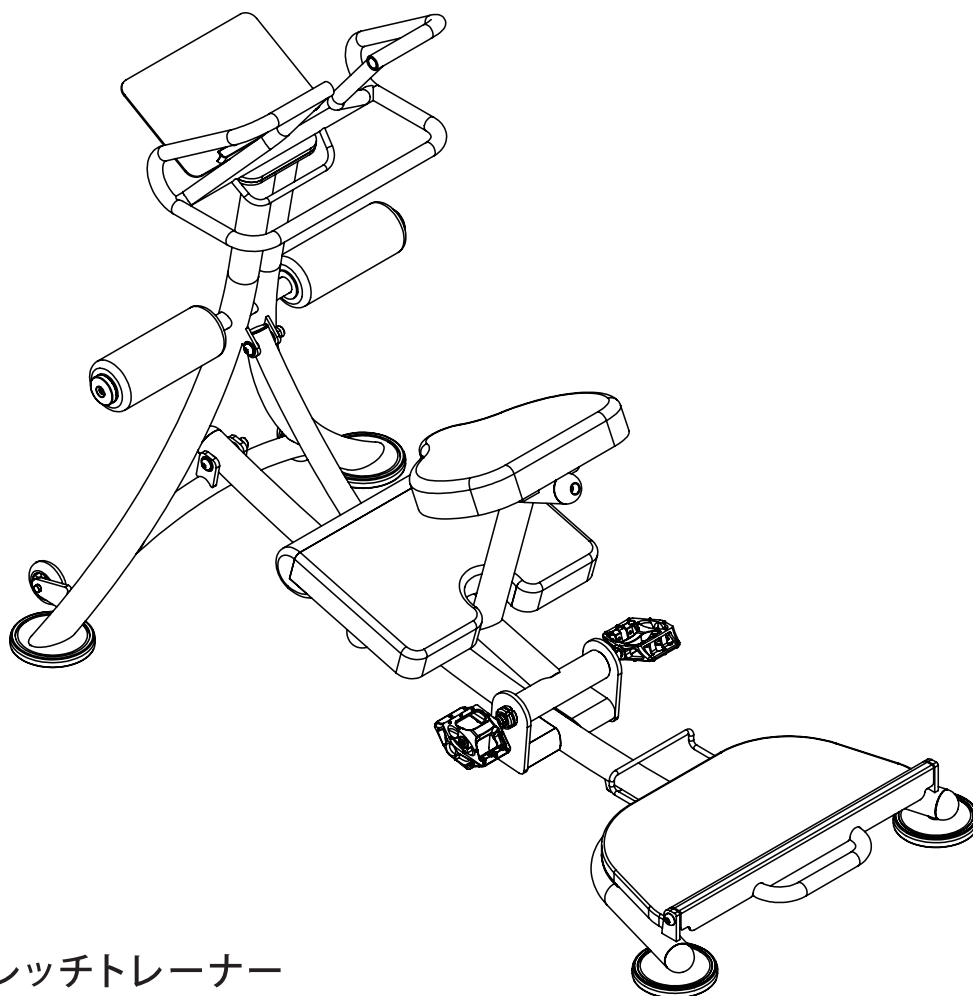


WELMORE



品名 ストレッチトレーナー

品番 **WMP2001**

取扱説明書

使用荷重制限：120kg

安全に使用していただくため、ご使用前に必ずお読みください。

この度は本製品をお買い上げいただきまして、誠にありがとうございます。
この取扱説明書は、本製品の設置と使用上の注意及び警告事項について詳しく記載しています。
内容を十分理解された上でご使用ください。

- 本製品を設置する前に、必ずこの取扱説明書をよくお読みいただき、事故が起こらないよう、記載内容に従って正しくお使いください。
- お読みになった後も、必要な時にいつでも調べられるよう、すぐに取り出せる場所に大切に保管してください。
- 改良のため、デザイン、仕様を一部変更している場合があります。ご了承ください。
- 無断の複製は固く禁じます。

目 次

警告・注意	2 ～ 6
各部の名称・部材及び付属品	7 ～ 8
組立手順	9 ～ 11
ストレッチボードの角度調節・移動方法	12
メンテナンスについて	13
製品仕様	14
保証書	裏表紙

本製品のご使用は、注意を怠ると大変危険です！

本製品の管理者は、ユーザーやインストラクターなど、使用者全員に適切な使用方法を指導し、事故の防止を徹底してください。

お客様の不注意によるいかなる事故も、弊社としましては一切の責任を負いかねますのでご了承ください。

警告・注意

安全のために、必ずお守りください。

取扱説明書の警告及び注意内容は、危険の度合によって次の２段階に分けています。表記されている内容をよく理解していただき、取扱説明書に従ってご使用、点検をおこなってください。

警告

誤った取り扱いをすると、死亡や重傷を負う可能性がある内容です。

注意

誤った取り扱いをすると、軽傷を負ったり、物的損害が発生する可能性がある内容です。

絵表示の意味

 必ず指示に従ってください。

 分解をしないでください。

 絶対におこなわないでください。

 確認をしてください。

本書記載の警告及び注意事項を遵守されずにご使用されて生じた、いかなる事故につきましても、弊社としましては一切の責任を負いかねますのでご了承ください。また、本書記載の警告及び注意事項に該当すると思われる場合は本製品の使用はせず、ただちに弊社カスタマーサービス課へお問い合わせください。

- また、各ページには安全にご使用いただくための注意点も表記しております。よくお読みいただき、書かれている内容を十分ご理解の上、ご使用ください。

使用前の警告・注意事項

⚠ 警 告

- ❗ 本製品はトレーニング器具です。運動以外の目的では使用しないでください。
- ❗ 本製品は健康の維持・増進を目的とした製品であり健康な方を対象としています。
- ⊘ 次に該当する方は本製品を使用しないでください。
 - 医師が使用を不適当と認めた方
- ❗ 次に該当する方は必ず医師に相談の上、使用してください。
 - 医師の治療を受けている方や、身体の異常を感じている方
 - 知覚障害のある方
 - 妊娠している、または妊娠の疑いのある方
 - 皮膚疾患のある方
 - 血行障害、血管障害など循環器に障害をお持ちの方
 - 骨粗しょう症など骨に異常のある方
 - 心臓に障害のある方
 - ペースメーカーなどの体内植込型医用電気機器を使用している方
 - 呼吸器障害をお持ちの方
 - 高血圧の方
 - 内臓疾患（胃炎、肝炎、腸炎）などの急性症状のある方
 - 悪性の腫瘍のある方
 - リウマチ症、痛風、変形性関節症などの方
 - 過去の事故や疾病などにより背骨に異常のある方や背骨が曲がっている方
 - 腰痛（椎間板ヘルニア、脊椎すべり症、脊椎分離症など）のある方
 - 脚、腰、首、手にしびれのある方
 - 静脈リゅうなどの重度の血行障害や血栓症などの方
 - リハビリテーション目的で使用される方
- ❗ 上記以外に身体に異常を感じているとき
- ❗ 小学生以下及び1人での運動に不安を感じている方、他者から見てそう感じられる方が使用される場合、リハビリテーションの目的で使用される場合は、成人（健常者）の方の介添えの上、使用してください。また小さなお子様やペットのいる場所での運動・保管はしないでください。
- ❗ 本製品の使用荷重制限は最大**120kg**です。付加荷重と体重を合わせて**120kg**を超える方は使用しないでください。使用中、機器が破損するおそれがあり、重大な事故を引き起こす原因になります。
- OK? 使用前には、その都度、調節部の固定装置など各部の部品が完全に固定されていることを必ず確認してください。ボルトが緩んでいたり、欠品している状態で使用すると重大な事故を起こすおそれがあります。
- OK? 使用前には本製品と付属品を点検してください。損傷しているように見える場合や可動部が動かなくなった場合には修理しようとせず、速やかに施設の管理者、または弊社カスタマーサービス課にお知らせください。

組立・設置時の警告・注意事項

⚠ 警 告

- ❗ 本製品を長期にわたり使用していただくため、ボルトの締まり、金属バリなどの有無、変形、全ての溶接個所にひび割れなどが無いことを確認してください。
- ❗ 本製品の「組立・設置時」「使用時」及び「保管・移動時」の際には、ボルト・ナット・パイプ・可動部分に手・指などを挟まれないように注意してください。また床面を保護するマットなどを敷いてください。
- ❗ 設置及び保管・移動の際は必ず靴を履き、軍手などを着用してください。
- ⊘ 本製品をご自分で改造もしくは付加及び部品を取り外した状態で使用された場合、重大な事故を起こすおそれがありますので絶対にしないでください。
- ⊘ 小さなお子様がいる場所には、設置・使用・保管はしないでください。

⚠ 注 意

- ❗ 設置の際は十分な場所を確保し、敷物を敷くなどして床や壁などにキズが付かないよう注意してください。
- ❗ 組立・設置作業中、カッターナイフなどの刃物や工具を使用する場合は、取り扱いに注意してください。
- OK? 使用前に部品が全て揃っているか、必ず確認してください。万が一揃っていない場合は、弊社カスタマーサービス課までご連絡ください。
- OK? 本製品は床強度がしっかりとした水平な床面に設置し、大きなグラつきやガタつきがないことを確認してください。使用中及び保管の際にも必ず床面を保護するマットなどを敷いてください。直接、床材の上で設置や保管をした場合、床面をキズつけたり、床面の材質（塩化ビニル製など）によっては、レッグキャップなどによって床材を変色させたりする場合があります。特に畳の上では使用しないでください。製品が不安定になり、畳に損傷を与えます。
- ❗ 本製品は必ず直射日光の当たらない屋内に設置してください。湿気の多い場所や熱器具の近く、屋外には設置しないでください。サビや傷み・故障の原因になります。

使用時の警告・注意事項

⚠ 警 告

- ❗ 本製品への巻き込みを防ぐため、運動中は身体のサイズに合った運動着を着用し（ゆったりと余裕のあり過ぎる衣服は避けてください）、フード付きパーカーのひもや靴ひもは短く結んでおいてください。また、手、指や髪の毛などの巻き込みに注意してください。
- ❗ 裸足・靴下・ストッキングで本製品を使用するのは危険ですのでしないでください。必ずゴム底の運動靴（ランニングシューズ、トレーニングシューズ）を履いて使用してください。運動靴を履かずに運動された場合、部品の隙間などに足の指を巻き込むなど思わぬ事故の原因となります。
- ⊘ 使用中に左右に激しくゆする運動、乗降する際、および使用中に、周囲の人が使用者や本製品を押しったり引いたりする行為は、重大な事故を起こすおそれがありますので決してしないでください。
- ⊘ シートの上で立ち上がったたり、本製品を脚立や踏台などの代わりに使用したりしないでください。転倒など事故の原因になります。
- ⊘ 安全のため、ピン、ボールペン、装飾品などをポケットに入れたり、身に着けたままでの運動は絶対にしないでください。
- ❗ 本製品は1人用です。同時に2人以上で使用しないでください。
- ❗ 周囲に接触する物や人がいないことを確認してください。また、小さなお子様やペットがいる場所では使用しないでください。
- ❗ 安全のため、使用中以外でも器具の隙間や可動部分に手、指などを入れたりしないでください。
- ❗ 次のような症状が出たときは運動を中止してください。【めまい、ふらつき、冷や汗、吐気、心拍の乱れ、動悸、胸の圧迫感、けいれん、腱・靱帯の痛み、眠気、その他心身の異常】
- ❗ シート着座時には必ずハンドストラップを装着し、ハンドルをしっかり握ってください。
- ⊘ シートは動きます。脚立や踏み台のような使用はしないでください。
- ❗ ストレッチボードの傾斜角度調節時には手指を挟まないよう注意し、使用前には調節部の固定装置がロックされていることを確認してください。

⚠ 注 意

- ❗ 使用前には十分な準備運動をおこない、身体をほぐしてください。また、運動後も同様にほぐしてください。直接トレーニングされますと筋肉などに損傷を及ぼす原因になります。
- ❗ 運動は少し疲れる程度の運動量を毎日継続しておこなうのが良く、無理な運動は筋肉を傷めるばかりか運動効果も少なくなります。
- ❗ 健康のため、食事後すぐの運動は避けてください。また、飲食・喫煙をしながらや飲酒後の運動はしないでください。

お手入れ・保管の警告・注意事項

⚠ 警 告

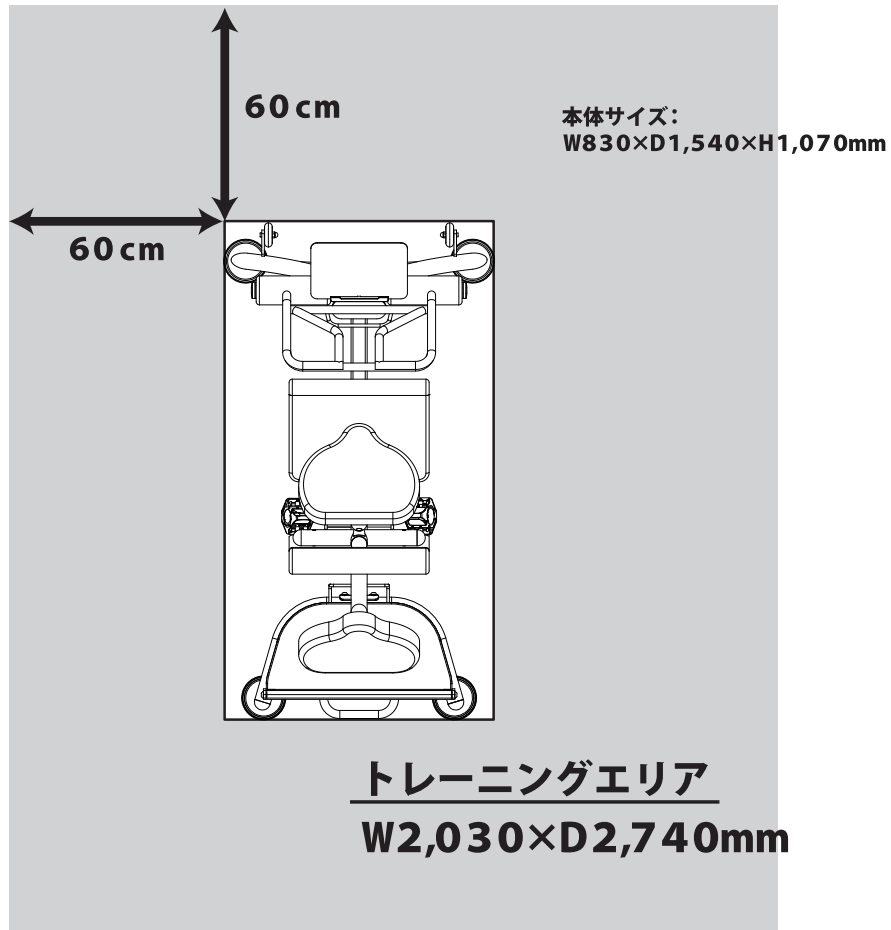
- ❗ 本製品を長期にわたり使用していただくため、定期的に点検とお手入れをしてください。
- ❗ 本体貼付ラベルを剥がしたり、傷をつけたりしないでください。ラベルが損傷している場合は新しいものと交換してください。
- ❗ 長期間の使用や保管により、サビや摩耗など部品の劣化が起こります。故障している場合や部品が摩耗・破損している場合は使用しないでください。
- ❗ 小さなお子様は本製品を遊具として使用しないよう十分注意してください。
- ❗ 小さなお子様や、取扱説明書・警告ラベルの内容が理解できない方が1人で製品に触れ、誤った使用をしないよう十分に注意してください。

⚠ 注 意

- ❗ 本製品は塗装加工及び各部に樹脂を使用していますので、シンナー系、ベンジン、酸性やアルカリ性の洗剤、アルコールなどでのお手入れは避けてください。
- ❗ この取扱説明書は大切に保管されますようお願いします。紛失された場合、再発行はお受けしかねることがあります。
- ❗ 長期間保管され、再び使用される場合は、取扱説明書記載の内容を再確認のうえ、使用してください。
- ❗ 環境保護のため、廃棄する場合は各自治体の取り決めに従ってください。

■設置に必要なスペース■

本製品を安全にご使用いただくため、本体の周囲には**最低60 cm**のスペースを設けてください。

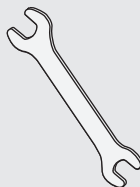


各部の名称 部材及び付属品

組み立てに必要な工具



六角レンチ
(No.4,6,8)

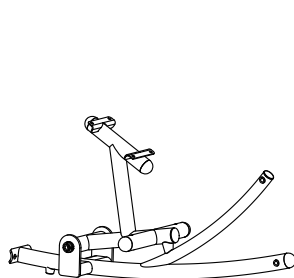


スパナ
(No.15,19)

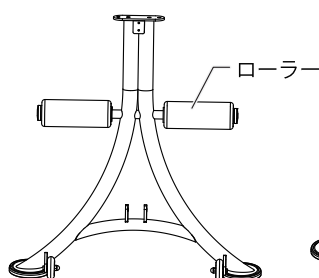
※工具は付属されていません。

部品一覧

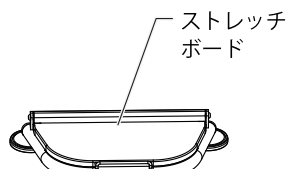
梱包を開けましたら組立をおこなう前に、必ず各部品・付属品が揃っていることを確認してください。



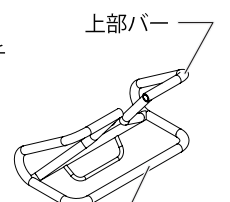
#1 本体フレーム ×1



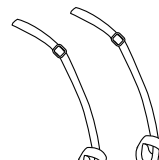
#2 フロントレッグ ×1



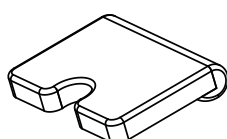
#3 リアレッグ ×1



#4 ハンドル ×1



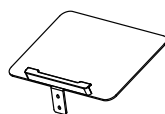
#5 ハンド
ストラップ
×2



#6 下部シート ×1



#7 上部シート ×1



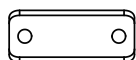
#8 タブレットトレイ ×1



#9 ペダル (右) ×1



#10 ペダル (左) ×1



#11 波プレート ×1



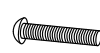
#12 六角穴付きボルト
M12×85
×1



#13 六角穴付きボルト
M12×80
×2



#14 六角穴付きボルト
M12×70
×1



#15 六角穴付きボルト
M10×65
×2



#16 六角穴付きボルト
M10×25
×6



#17 六角穴付きボルト
M6×15
×2



#18 波ワッシャー
φ12
×4



#19 平ワッシャー
φ12
×4



#20 波ワッシャー
φ10
×2



#21 平ワッシャー
φ10
×6



#22 スプリング
ワッシャーφ10
×2



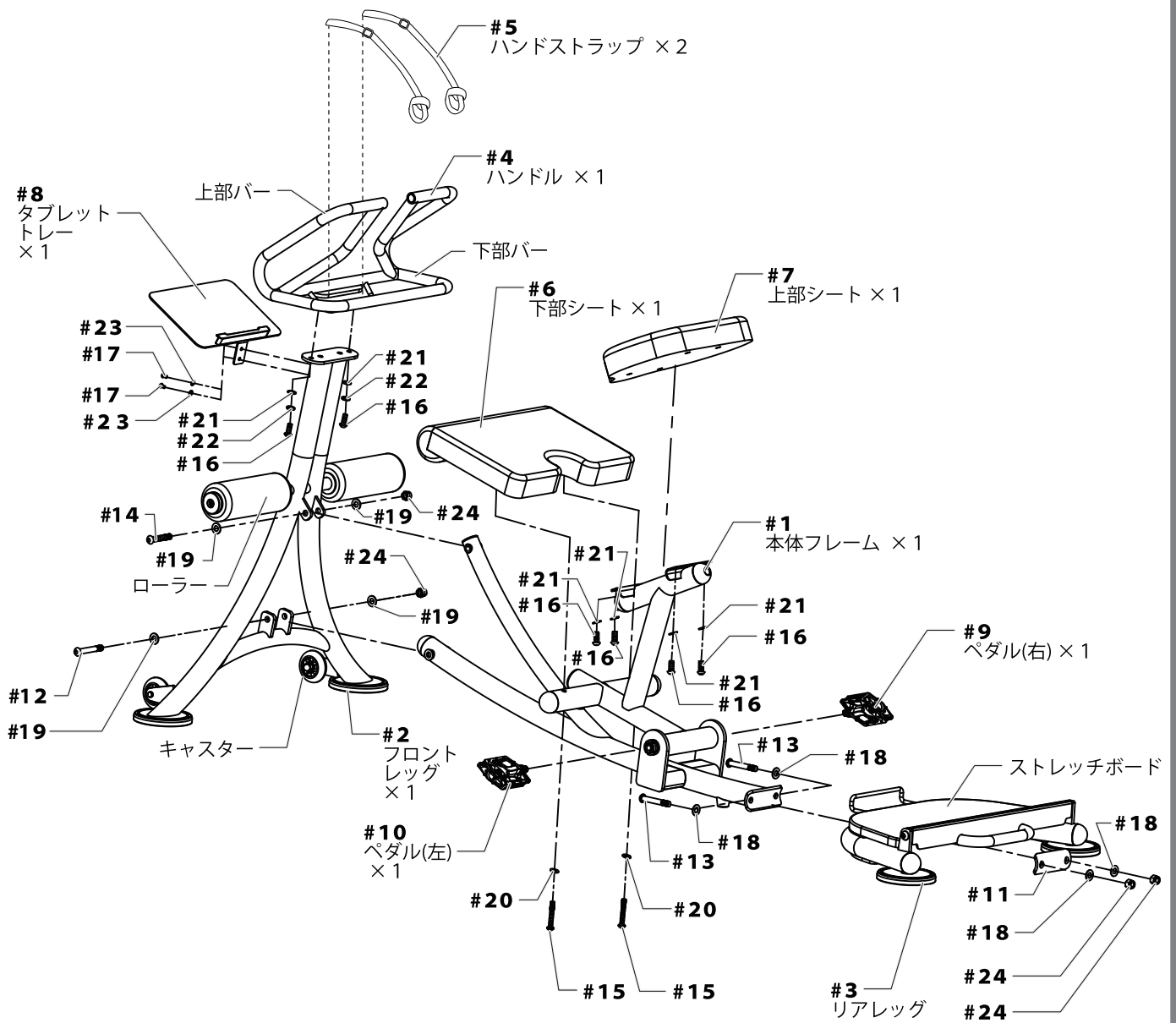
#23 平ワッシャー
φ6
×2



#24 ナット
φ12
×4

各部の名称 部材及び付属品

分解図

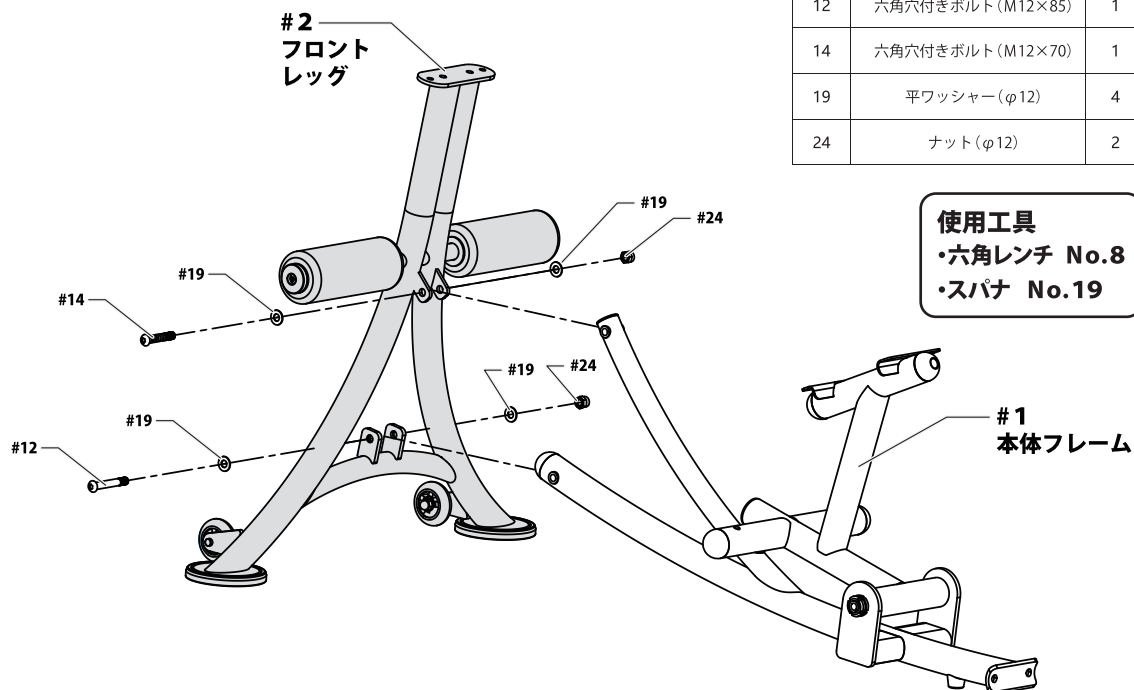


組立手順

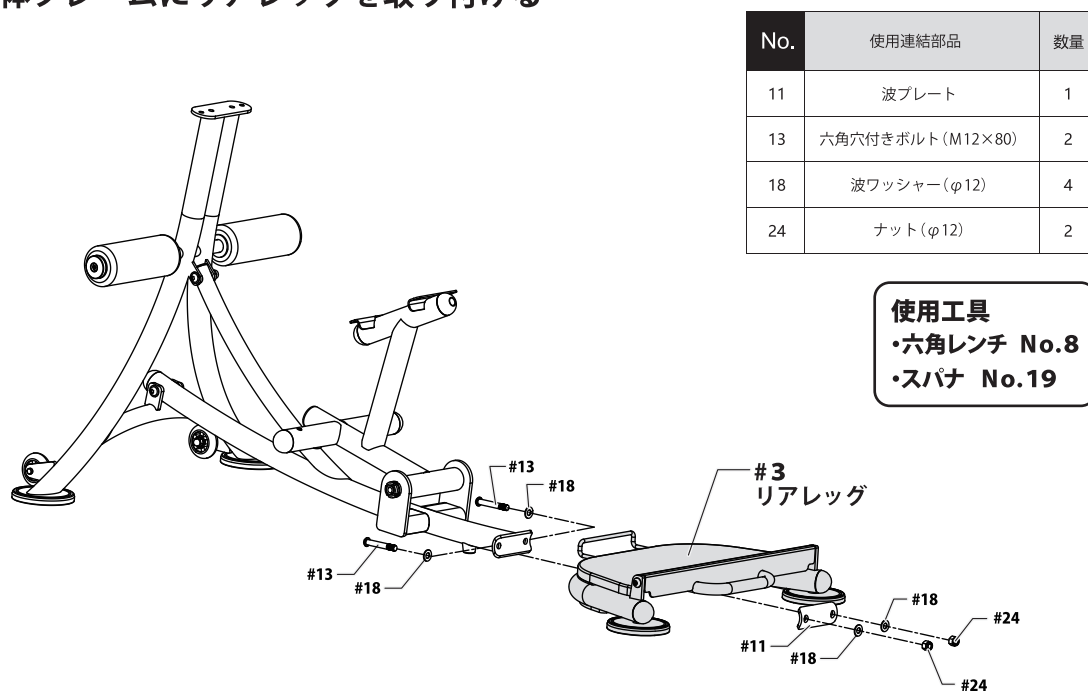
床をキズつけないように、必ず床面を保護するマットなどの上で、組立手順に従い組み立ててください。

※各ボルトはしっかりと締めてください。

1 本体フレームにフロントレッグを取り付ける



2 本体フレームにリアレッグを取り付ける



組立手順

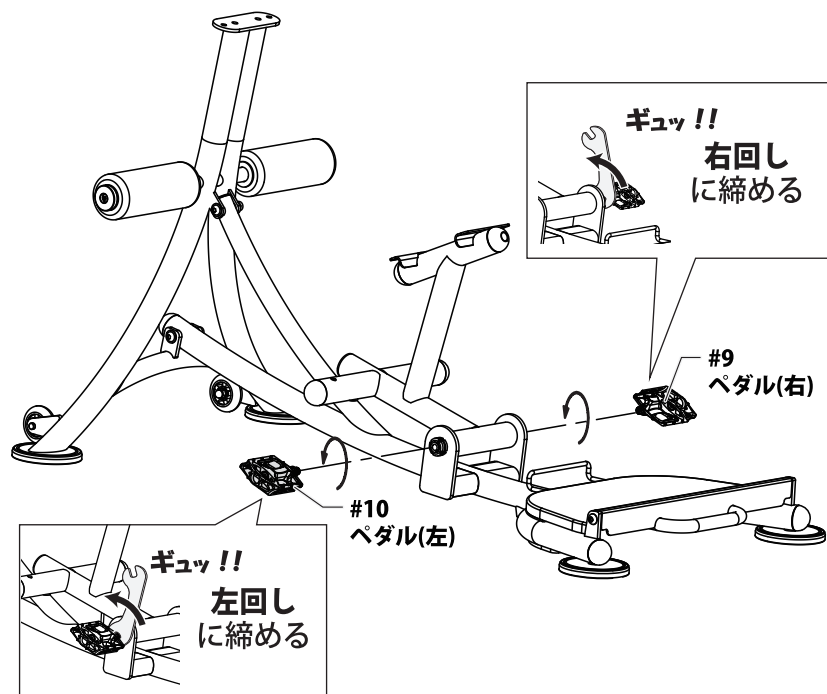
床をキズつけないように、必ず床面を保護するマットなどの上で、組立手順に従い組み立ててください。

※各ボルトはしっかりと締めてください。

3 本体フレームにペダルを取り付ける

使用工具

・スパナ No.15

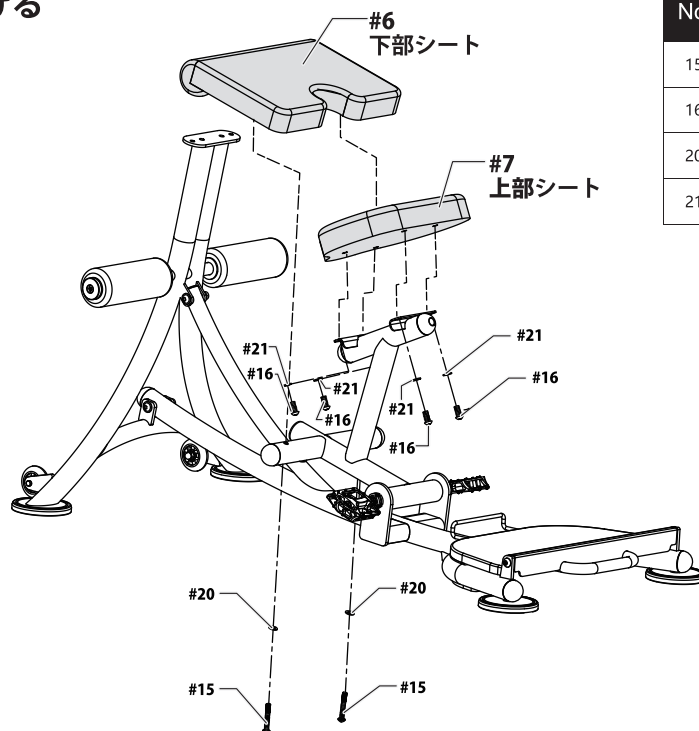


⚠ 注意

ペダル(左)の取付ボルトは、回す方向が違います。

ペダル(左)は、逆ネジになっています。取付ボルトを締める方向を間違えると、ネジ山が破損してしまいますので注意してください。

4 本体フレームに下部シートと上部シートを取り付ける



No.	使用連結部品	数量
15	六角穴付きボルト (M10×65)	2
16	六角穴付きボルト (M10×25)	4
20	波ワッシャー (φ10)	2
21	平ワッシャー (φ10)	4

使用工具

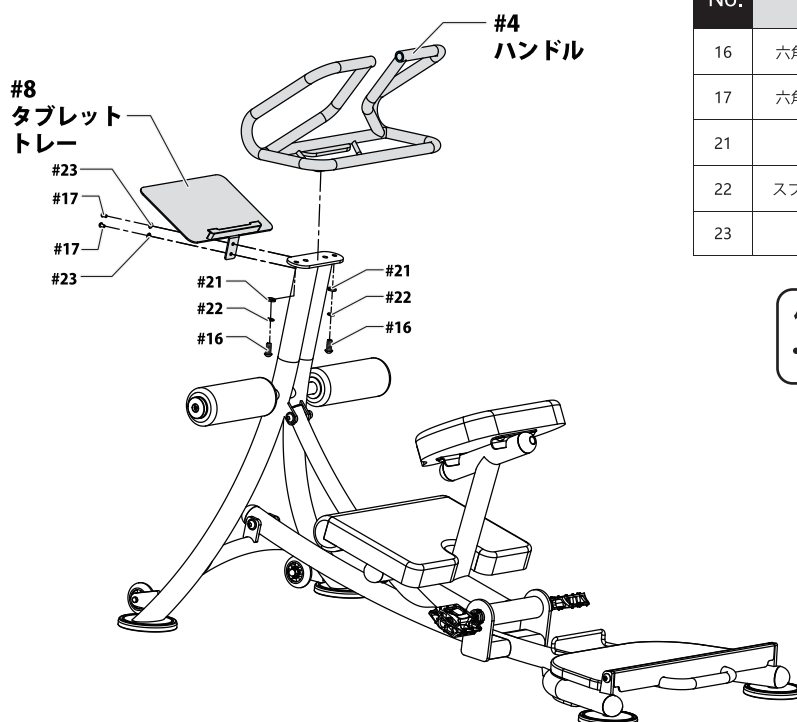
・六角レンチ No.6

組立手順

床をキズつけないように、必ず床面を保護するマットなどの上で、組立手順に従い組み立ててください。

※各ボルトはしっかりと締めてください。

5 ハンドルとタブレットトレイを取り付ける

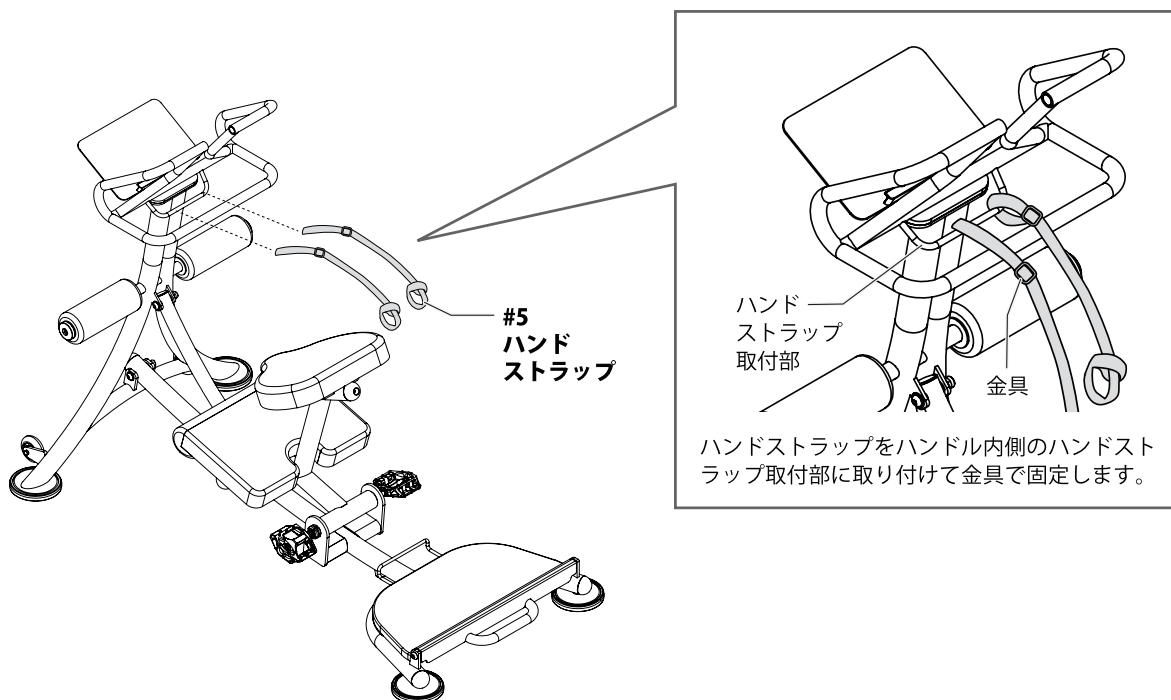


No.	使用連結部品	数量
16	六角穴付きボルト (M10×25)	2
17	六角穴付きボルト (M6×15)	2
21	平ワッシャー (φ10)	2
22	スプリングワッシャー (φ10)	2
23	平ワッシャー (φ6)	2

使用工具

・六角レンチ No.4,6

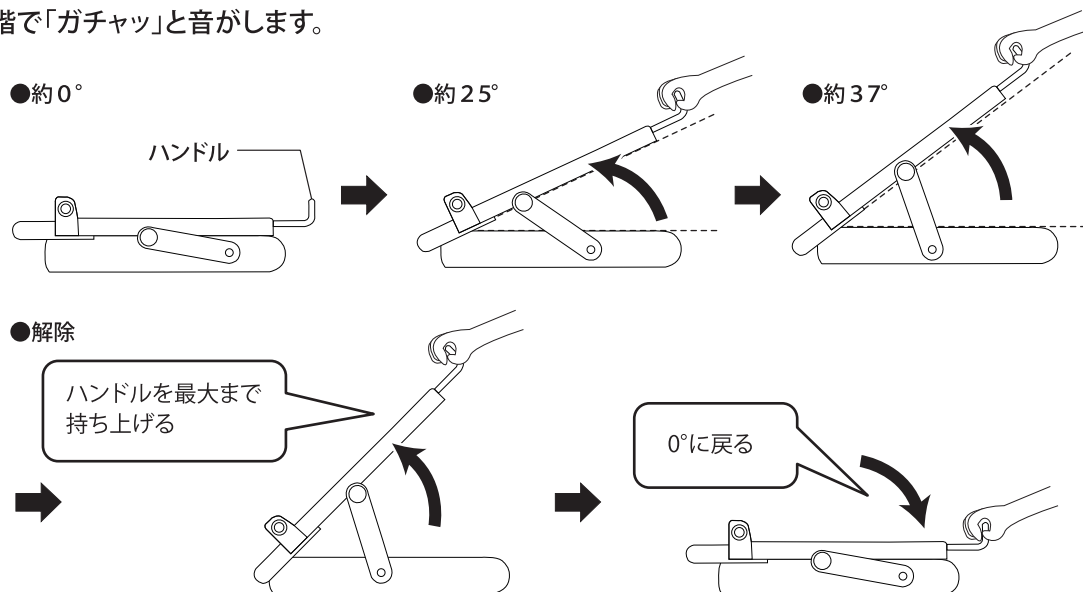
6 ハンドストラップを取り付ける



ストレッチボードの角度調節

ボード先端のハンドルを持って各角度で手を離すと、3段階（約0°/約25°/約37°）で調節できます。ハンドルを最大まで持ち上げると、約0°に戻ります。

※各段階で「ガチャッ」と音がします。



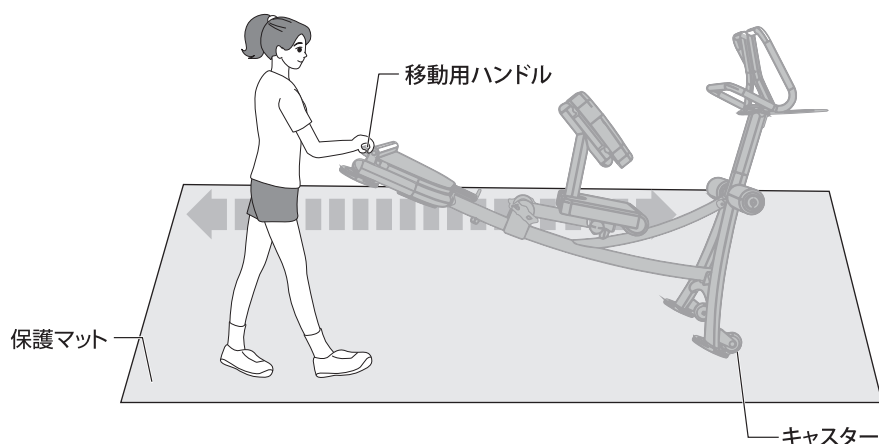
⚠ 注意

- 手指を挟まないように注意してください。
- 傾斜角度調節時はハンドル以外は持たないでください。

移動方法

リアレッグの移動用ハンドルを持ち、ゆっくりと図のように移動させてください。

移動時にキャスターで床面をキズつけないように床面を保護するマットなどを敷いて、その上を移動させてください。



⚠ 注意

- 必ず移動用ハンドルを持って移動させてください。シートなどを持つと、不意に可動部が動き、ケガにつながるおそれがあります。

メンテナンスについて

■本製品を長期にわたって使用していただくため、定期的に点検とお手入れをしてください。

異常が見つかった場合にはすぐに使用を中止し、弊社販売代理店またはカスタマーサービス課までご連絡ください。

メンテナンスチェックリスト

項目	内容	頻度の目安
本体の清掃	シート、ハンドル、ローラーなどは次回の使用に支障が無いように清潔に保ってください。※1	随時
本体作動点検	シートの可動部・ストレッチボードの調節部がスムーズに動作すること、ロック部は確実に固定されることを確認してください。※2	随時
消耗部品の点検	当て止めのゴムクッションやローラー、ハンドル、シートなどにへたりや破けなどが無いか確認してください。※3	毎日
締結ボルトの点検	各部のボルト固定に緩みが発生していないか確認してください。	毎日
フレーム、溶接部の点検	フレームや溶接部にひび割れや歪みなど異常がないことを確認してください。	毎週

※1：シンナー系、ベンジン、酸性やアルカリ性洗剤、アルコールなどでのお手入れはおやめください。

※2：スムーズに可動しない場合、各可動軸に機械油を注してください。

※3：当て止めゴム、ローラー、ハンドル、シートが傷んだ場合、新しい部品に交換してください。

製品仕様

品 名	ストレッチトレーナー
品 番	WMP2001
本体サイズ	W830×D1,540×H1,070mm
本体質量(重量)	約56kg
使用荷重制限	120kg
主な材質	スチール、SBR(スチレンブタジエンゴム)、合成皮革、PU(ポリウレタン)、
	合板、PE(ポリエチレン)、ABS(アクリロニトリルブタジエンスチレン共重合樹脂)
生産国	中 国

修理・
アフターサービスの
ご案内

 **アルインコ株式会社**
フィットネス事業部 カスタマーサービス課
フリーダイヤル  **0120-950-853**
受付時間 10:00 ~ 12:00、13:00 ~ 16:00（土・日・祝祭日、弊社休業日を除く）

左記以外受付

F A X : 072-678-6410

E-mail: fcs-syuuri@alinco.co.jp

F A X又はメールでのお問い合わせの場合、回答に時間を要する場合がございます。予めご了承ください。