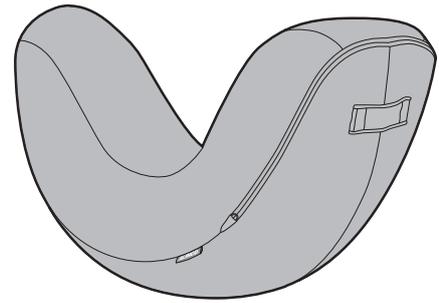


品名 **開脚のミカタ**
 型式 **EXP234**



取扱説明書

この度は、お買い上げいただきまして誠にありがとうございました。
 本製品をご使用になる前には取扱説明書をよくお読みいただき、
 記載内容に従って正しくお使いください。

●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。

警告・注意 安全のため必ずお守りください。

絵表示の意味

⊘ 絶対におこなわないでください。

❗ 必ず指示に従い、おこなってください。

使用前の警告・注意

- ❗ 本製品は一般家庭用のフィットネス器具です。運動以外の目的では使用しないでください。
- ⊘ 本製品は火気・熱器具に近づけないでください。
- ❗ 本製品は必ず屋内で使用してください。屋外や倉庫、ベランダや軒下などのチリやホコリ、砂などの多い場所では使用しないでください。傷みや破損の原因になります。
- ⊘ 本製品の使用荷重制限は最大**90kg**です。体重**90kg**を超える方、付加荷重を装着し、体重と合わせて**90kg**を超える方は使用しないでください。使用中に製品が破損するおそれがあり、重大な事故を起こす原因になります。
- ❗ 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。事故の原因になります。
- ❗ 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おります。医師が使用を不相当と認めた方は本製品を使用しないでください。
- ❗ 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、特に身体の異常を感じている方
 - 知覚障害のある方
 - 皮膚疾患のある方
 - 妊娠している、または妊娠の疑いのある方
 - 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ある方
 - 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
- ❗ 使用前には必ず、キズや変形・ひび割れ・生地のほつれなどが無いことを確認してください。
- ❗ 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、運動後も同様に身体をほぐしてください。直接トレーニングされますと筋肉などを傷める原因になります。
- ⊘ 本製品を改造もしくは付加およ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。

- ⊘ 合成皮革に染料を使用した床やソファーなどに長時間接触させないでください。色移りする場合があります。

使用中の警告・注意

- ⊘ 安全のためピンやボールペン、装飾品などをポケットに入れたり、身に付けたままでの運動は絶対にしないでください。
- ❗ 運動中に身体や本製品が人や壁、物にぶつからないよう広い場所で使用してください。
- ❗ 本製品は安定した平らな場所で使用してください。滑りやすい場所で使用しないでください。
- ❗ バランスを崩さないように十分注意しながら運動をおこなってください。乗り降り時や運動に慣れるまでは手すりや壁に手を添えるようにしてください。
- ❗ 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。
- ❗ ご自身の体力に合った運動方法で使用してください。無理な運動は重大な事故の原因になります。
- ⊘ 下記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・靭帯の痛み、眠気、その他心身の異常】
- ⊘ 健康のため、食事後すぐは運動を避けてください。また、飲食や喫煙をしながらや飲酒後の運動はおこなわないでください。
- ❗ 保護者の方は小さなお子様が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。
- ❗ バランスをコントロールできなくなるような危険な使い方はしないでください。

お手入れ・保管についての警告・注意

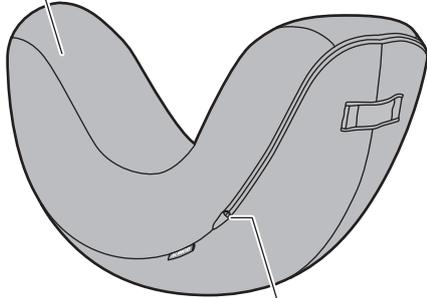
- ⊘ 本製品は、樹脂を使用していますのでシンナー系、ベンジン、除光液、酸性洗剤、アルカリ性洗剤、アルコールを含んだ製品でのお手入れは避けてください。
- ❗ 保管場所は本製品でつまずかないような場所に置き、特に小さなお子様が勝手に触ることのないよう、必要に応じて梱包などを施してください。また、直射日光が当たる場所や屋外、高温・多湿な場所には保管しないでください。
- ❗ 万一、故障その他のトラブルが発生した場合には、弊社カスタマーサービス課までお問い合わせください。
- ❗ 長期間保管され、再び使用される場合は、本書の警告及び注意事項を再確認の上、使用してください。また、長期間使用されていない場合でも、部品の劣化などが予想されますので、本書の警告及び注意事項を確認し、異常がないことを確かめてから使用してください。
- ❗ 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。

各部の名称・仕様 / 使用方法 (基本姿勢)

各部の名称・仕様

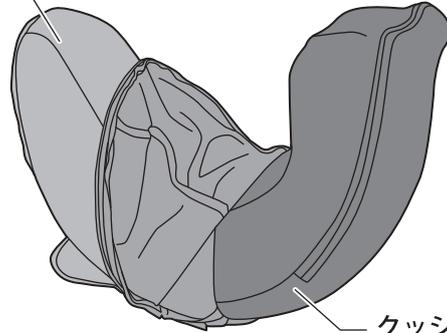
開脚のミカタ外観

本体



ファスナーつまみ

カバー

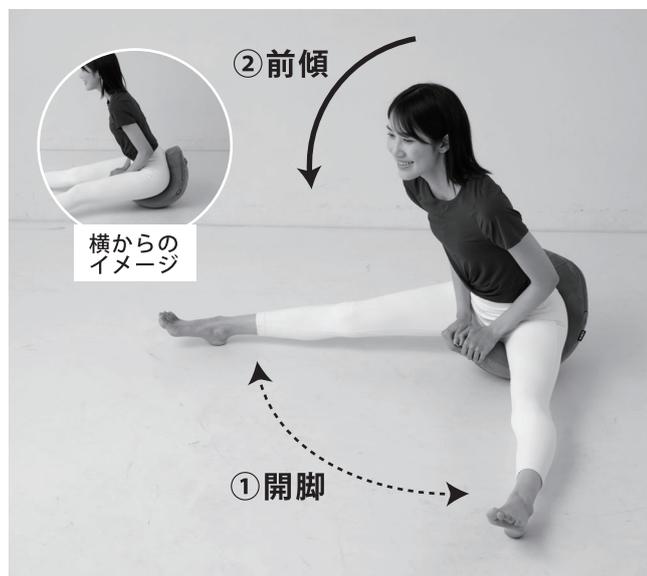


クッション部

品名：開脚のミカタ
型式：EXP234
サイズ：W 255×D 400×H 276 mm
質量(重量)：約 1,100g
主な材質：クッション部 … PU(ポリウレタン)、ポリエステル
カバー … ポリエステル、PU(ポリウレタン)
耐荷重：90kg
適応サイズ：ヒップ周り110cm以内
生産国：中国

使用方法

股関節のストレッチ



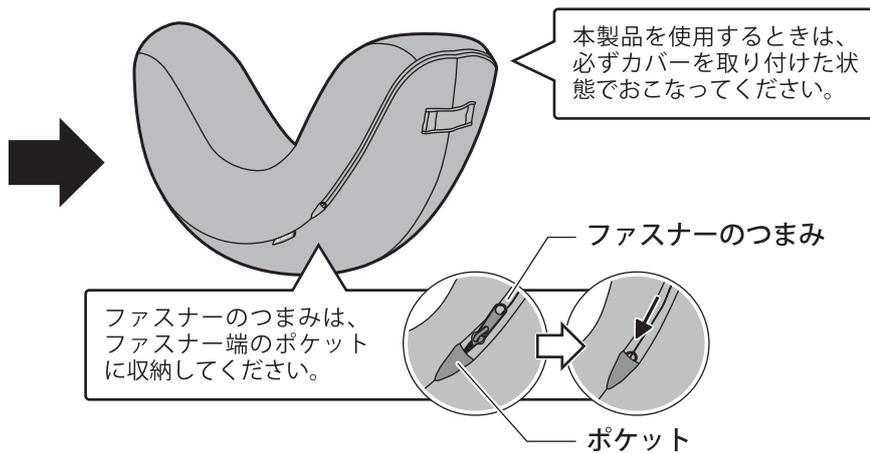
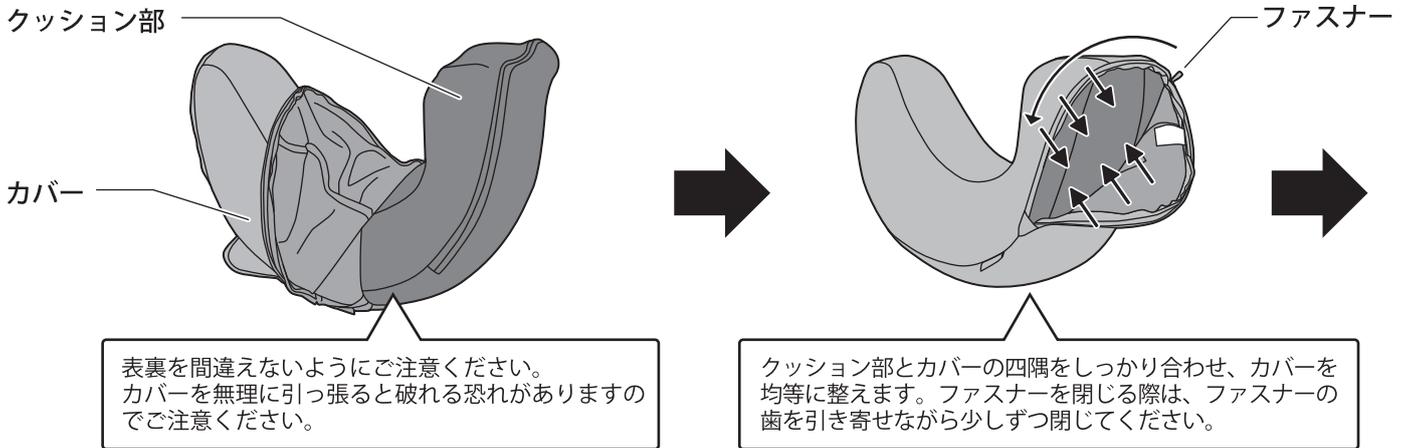
背中ストレッチ



カバーの取り外し・取り付け / お手入れ方法

カバーの取り外し・取り付け

- カバーの取り外し：ファスナーを開き、カバーを取り外します。
- カバーの取り付け：カバーの表裏とクッション部の表裏を合わせ、四隅にカバーをしっかりと被せてからファスナーを閉じます。



お手入れ方法

- クッション部：クッション部は水洗いすることができません。汚れた場合は、中性洗剤の薄め液を浸した布で軽くたたくように汚れを拭き取ってください。

- クッション部についている黒いカバーは取り外さないでください。
- クッション部（PU（ポリウレタン））は材質の特性上、黄変する場合がございますが、使用上問題はございません。

- カバー：カバーが汚れた場合は、本体から取り外し、ぬるま湯で手洗いしてください。カバー内側に付いている選択表示に従ってお手入れしてください。

洗濯表示



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  **0120-30-4515**
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@alincoco.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。

EXP234:この商品の
WEB ページはこちら

