

製品仕様

品名	パワーセレクトチューブ5本セット	
品番	WBF225	
サイズ	ハンドル装着時	W125×L1,570×T33mm
	アングルバンド装着時	W140×L1,340×T33mm
質量(重量)	約490g	
伸長制限(全体長さ)	3,000mm以内	
主な材質	本体(チューブ、ハンドル、アングルバンド)	天然ラテックス、ポリエステル、鉄、NBR(ニトリルブタジエンゴム)、ナイロン、PP(ポリプロピレン)
	収納袋	ポリエステル、PP(ポリプロピレン)
負荷(伸長制限まで伸ばした時)	約5.5~43.5kg	
生産国	中国	

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

FAX: 072-678-6410

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

FAX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。

WBF225:この商品のWEBページはこちら



品名 **パワーセレクトチューブ 5本セット**

品番 **WBF225**



取扱説明書

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。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。



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。
 - ⊘ 火気の近くで使用しないでください。
 - ❗ 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。
 - ❗ 本製品は1人用です。同時に2人以上で引っ張ったりしないでください。事故の原因になります。
 - ❗ 本製品の使用は健康な方を対象としております。医師が使用を不適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のある方
 - 骨粗しょう(鬆)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
 - 呼吸器障害のある方
 - 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
 - 悪性の腫瘍がある方
 - リウマチ症、痛風、変形性関節炎などの方
 - 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
 - 静脈りゅう(瘤)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
 - ❗ 使用前には各部品が全て揃っていることを必ず確認してください。もし部品外れなど、揃っていない場合は絶対に使用しないでください。

- ❗ 使用前には必ず、チューブ・ハンドル・アングルバンドに亀裂、破損などがなく、チューブがしっかり固定されているか確認してください。特に、チューブは使用を重ねると消耗していきますので、傷んでいる場合には使用を中止してください。
- ⊘ 先端のとがったものや鋭利な刃物などには近づけないでください。破損することがあり危険です。
- ❗ 足に固定して使用する場合、身体に強く当たりケガをする場合がありますので、しっかりと固定されているか必ず確認してください。
- ❗ 使用の際には、周りの人に十分注意してください。万一、切れた時には大変危険です。また、チューブを伸ばした状態では、決して離さないでください。
- ❗ 使用前には十分な準備運動をおこない、体をほぐしてください。また、運動後も同様に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。
- ❗ チューブをハンドルやアングルバンドに取り付ける際、カラビナで手・指などを挟まないように十分注意してください。
- ⊘ 本製品をご自分で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。
- ❗ 指輪やネックレス、時計などを外してから使用してください。

- 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、身に付けたままの運動は絶対にしないでください。
 - ❗ 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。
 - ❗ 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・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为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。
 - ⊘ 伸長制限(3,000mm)以上にチューブを引っ張らないでください。使用中に破損するおそれがあり大変危険です。

⚠ 警告・注意 安全のため必ずお守りください。

- ⊘ 重大な事故の原因になりますので、顔面方向には引っ張らないでください。
- ⊘ チューブを手足以外に引掛けないでください。
- ⊘ 靴などを履いたままチューブを直接踏まないでください。
- ❗ チューブを足で固定する場合は、チューブが足から外れないよう十分注意してください。
- ⊘ ベルトや靴等の硬いものとチューブが擦れないよう注意してください。
- ❗ お肌に傷、腫れ物、湿疹、かぶれ等の異常が現れたり、お肌に合わないと感じた場合はただちに使用を中止し、必ず医師に相談してください。
- ❗ ハンドルはしっかり握って使用してください。

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お避けください。
- 保管場所は、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。また、保管の際は、チューブが折れ曲がらないようにしてください。亀裂が発生し事故の原因になります。
- ❗ 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、部品の劣化及びサビの発生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。
- ❗ 本製品を長期にわたり使用していただくために、使用する前にはその都度、亀裂、破損などが無いことを確認してください。
- ❗ 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。

⚠ 使用上の注意点 運動をおこなう際は、以下の点に注意してください。

1. トレーニング中は呼吸を止めず、チューブを引く時に息を吐き、戻すときに息を吸いましょう。
2. チューブは伸びるほど負荷（抵抗）が強くなります。急に力を抜くとケガの原因になります。抵抗を感じながら、ゆっくり元の位置に戻してください。また運動をおこなうときは、背すじを伸ばした正しい姿勢でおこなしましょう。
3. 体力には個人差があります。運動強度（負荷）は、チューブを腕に巻き付けるなどして調節してください。
4. 運動中は使用している筋肉を意識してください。
5. 無理をせず、自分にあった反復回数でおこなしましょう。
6. 始める前にウォーミングアップ、終わったらクールダウンを必ずおこなってください。
7. 運動前にチューブにひびや切れかかっている部分がないか確認してください。

各部の名称

□チューブ×5本
(負荷 5.5/7/8/11/12kg)



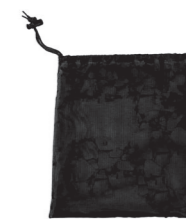
□アンクルバンド×2



□ハンドル×2



□収納袋



チューブの取り付け方法

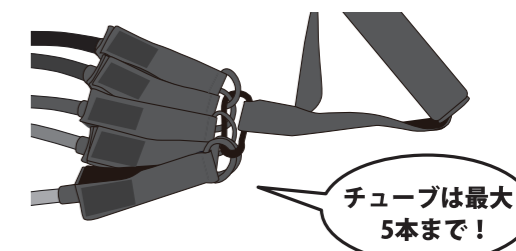
【ハンドル・アンクルバンド共通】

1



カラビナのゲートを押し下げ、チューブ先端のパーツに取り付けます。

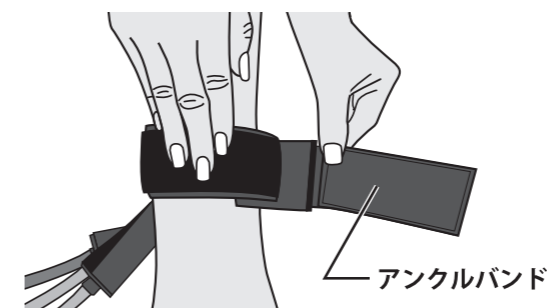
2



正しい本数が取り付けられているか確認してください。

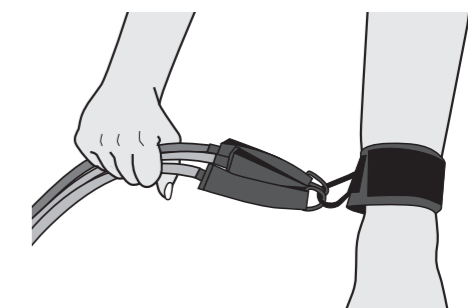
【アンクルバンド】

3



開いたアンクルバンドを足首に巻きつけ、面ファスナーで固定します。

4



チューブを軽く手で引っ張り、面ファスナーがしっかり固定されているか確認してください。

⚠ 注意

- ・チューブをハンドルやアンクルバンドに取り付ける際、カラビナで手・指などを挟まないように十分注意してください。
- ・足に固定して使用する場合、身体に強く当たりケガをする場合がありますので、しっかりと固定されているか必ず確認してください。