

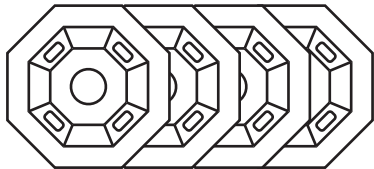


ダンベルセット 取扱説明書 20kg × 2個セット

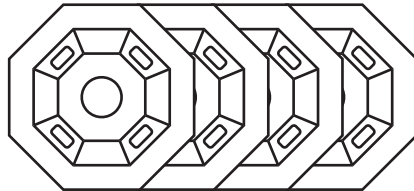
この度は本商品をご購入いただきまして誠にありがとうございます。
ご使用前に、必ずこの取扱説明書をお読みいただき、正しくご使用ください。
特に「使用上の注意」は安全にご使用いただく為に、必ずよくお読みください。
この取扱説明書はなくさないように必ず保管いただき、必要な際にお読みください。

セット内容

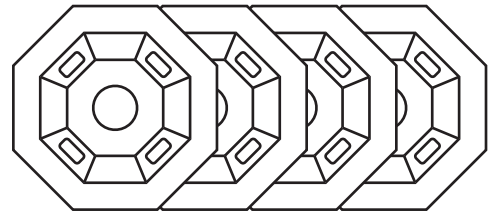
○プレート



3.0kg×8

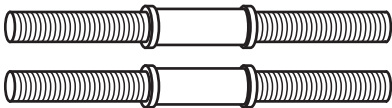


2.0kg×4

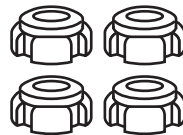


1.5kg×4

○シャフト (1.0kg)×2



○カラー×4



○連結シャフト×1

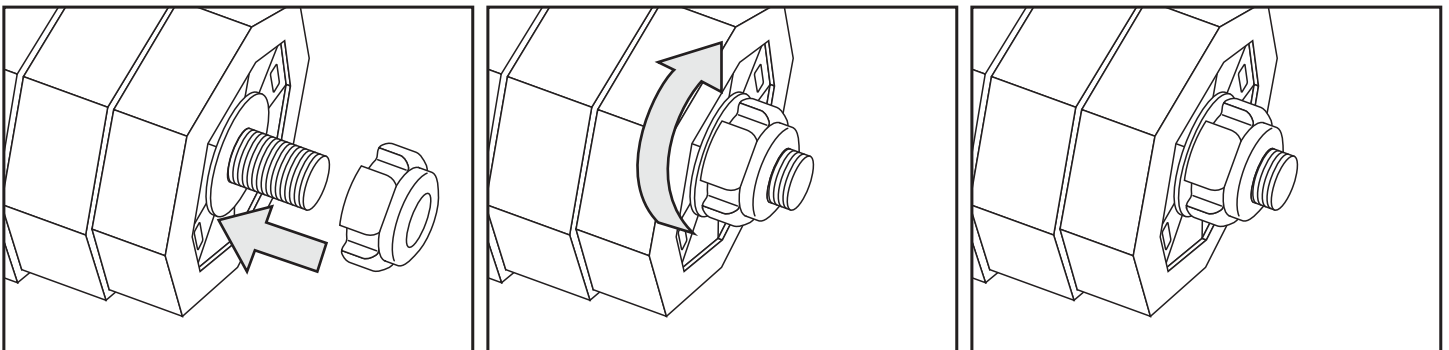


| | |
|----|----------------------------------|
| 材質 | プレート・シャフト・カラー：ポリエチレン／連結シャフト：スチール |
|----|----------------------------------|

※商品の仕様は改良の為、予告なく変更される場合がございます。予めご了承ください。

プレートの取り付け方法

お好みの重さのプレートをセットしカラーを取り付け、図のように回し締めてしっかりと固定します。



～お好みの重さへの設定は下記図をご参考にしてください～

| 4kg | 7kg | 11kg | 14kg | 20kg |
|---------------------------------|---------------------------------|---|---|---|
| | | | | |
| プレート 1.5kg×2枚 +シャフト 1.0kg | プレート 3.0kg×2枚 +シャフト 1.0kg | プレート 2.0kg×2枚 3.0kg×2枚 +シャフト 1.0kg | プレート 1.5kg×2枚 2.0kg×2枚 3.0kg×2枚 +シャフト 1.0kg | プレート 1.5kg×2枚 2.0kg×2枚 3.0kg×4枚 +シャフト 1.0kg |

使用上の注意

～よくお読みいただき、必ずお守りください～

この取扱説明書には本商品をご使用になる方や他の方への危害、また家財等への損害を未然に防ぎ、安全に正しくご使用いただく為にとても重要な内容を記載しております。ご使用前によくお読みいただき、記載事項を必ずお守りください。

⊘ 禁止事項

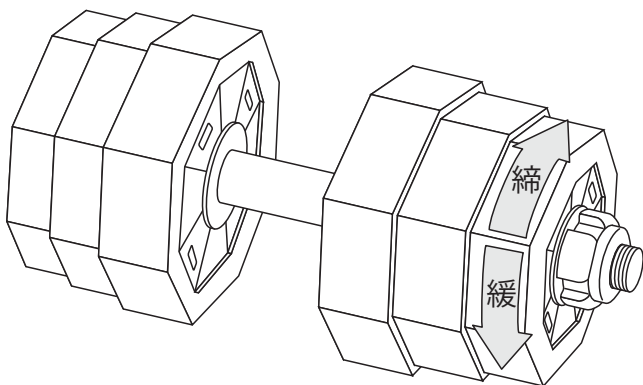
- 幼児や子供をダンベルを置いてある部屋に一人にしないでください。
絶対に本製品を使用させたり、遊ばせたりしないでください。事故やケガの恐れがあります。
- 火気には近づけないでください。
また高温・多湿の場所や、結露が起こる可能性のある場所では保管しないでください。
- 落としたり投げたり、何かにぶつけないでください。
- 本商品はトレーニング専用製品です。本来の目的以外でのご使用は絶対にお止めください。
- 濡れた手で本製品を使用しないでください。滑って落とす等ケガの原因になります。
- ご使用前にプレートやシャフト等に異常がないかご確認の上、ご使用ください。
異常があった際は、ご使用をお止めください。
- 周囲に人がいない安全な場所でご使用ください。
- お手入れの際、塩素系・酸性タイプの洗剤は絶対に使用しないでください。
本体が変色・変形したり、健康を害する有毒ガスが発生する場合があります。

⚠ 注意事項

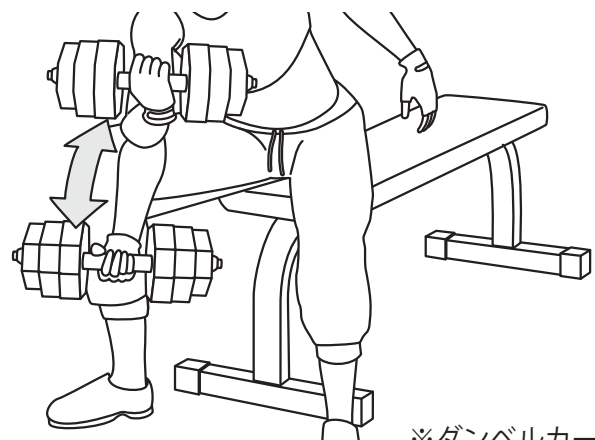
スクリー式のカラーは、シャフトがネジ状になっていて、カラーを時計回りに回すと内側に動いてプレートを押さえ固定します。そのため、カラーが緩んでもすぐには落下しない、安全性重視の設計となっております。しかし、プレートに遠心力がかかるダンベルカールのような動きの場合、一旦カラーが緩み始めると、動きに伴いどんどん緩くなってしまいます。

※カラーを一度限界まで締め、その後カラーが密着しているプレートを時計回りに少し回すと、カラーも同時にさらに回り、固定力が増して緩みにくくなります。
それでも緩む場合は、その都度カラーを固く締めてご使用ください。

※緩めたい場合は、カラーが密着しているプレートを反時計回りに回すとカラーも回り、緩んで外れやすくなります。



プレートを回してさらに締めたり、緩まったりする場合



※ダンベルカール

- ご使用前には毎回カラーの緩みや本体に破損や損傷、変形などの異常がないかご確認ください。
もしも何か不具合がありましたら、使用せずにお買い上げの店舗まで、ご連絡をお願いします。
※そのままご使用された場合、重大な事故が起きる恐れがあります。
- その日の体調に合わせて無理のないトレーニングをしましょう。
使用の際は自然な呼吸法で、水分はこまめに補給してください。