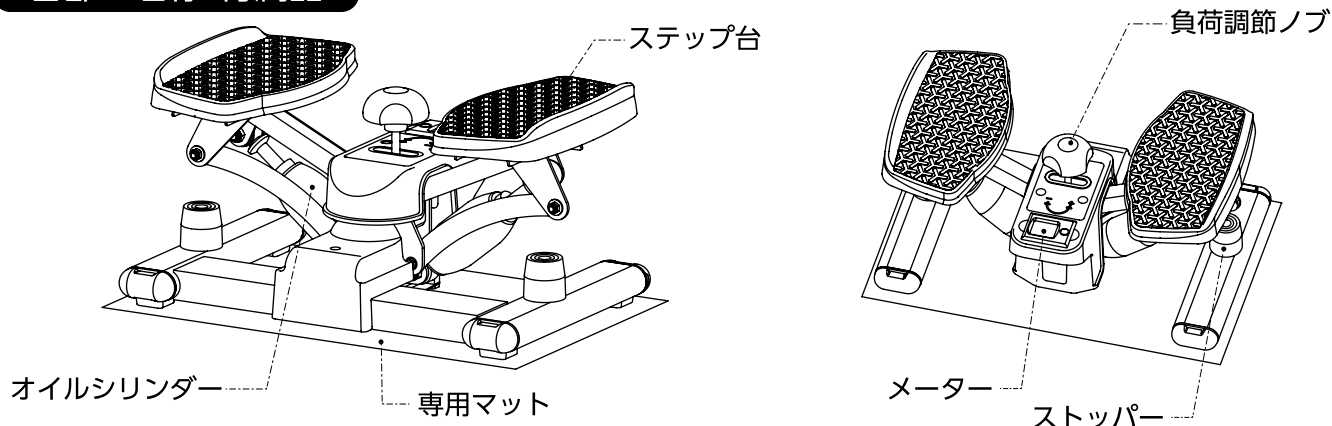


ツイストステッパーライト SP-700

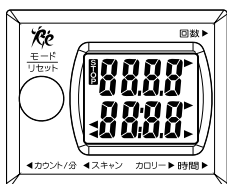
取扱説明書

家庭用運動器具

各部の名称・付属品



メーター部の機能と表示



- 本体を使用するか、ボタン (赤色) を押すと数値が表示されます。
 - ボタンを押すごとに下段の数値が、時間→カロリー→平均回数/分 (使用中の1分当たりの平均回数) →自動送りと切り替わります。上段の数値は回数を常に表示します。
 - 自動送りは自動的に下段の数値を、時間→カロリー→平均回数/分 (使用中の1分当たりの平均回数) の順に約6秒ごとに表示します。
 - ボタンを長押し (約3秒) すると、上段・下段の表示が0 (ゼロ) になります。また、本体を使用しなかったり、ボタンを押さないと、約4分後に表示が消えます。
- ※検品及び配送時の振動により、メーターの数値がカウントされている (0ではない) 場合がございますが、未使用品です。あらかじめご了承ください。
- ※メーターの取り外し方: 本体に取り付けられたメーターの左右にある「窪み」に指を入れて引き上げてください。取り外したメーターの裏側に単4電池が入っています。

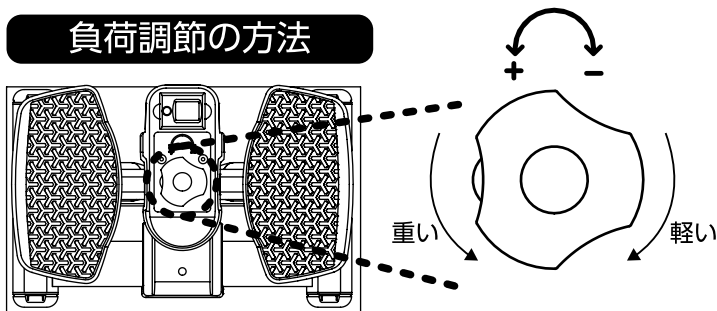
ご使用方法



- ステップ台の中央に足をしっかり乗せ、左右の足を交互に踏み込んでください。その際、膝とつま先の向きをなるべく同じ向きに合わせてください。また、ステップ台を踏み込む際は、ストッパーに接触しないようにしてください。音や振動が発生する原因になります。
- 足元が不安定な場合は、壁などを支えにして倒れないように注意してください。慣れてきたら、左右の腕を振るか、壁などに手を当てて使用してください。

※ 写真の製品は、本製品と一部仕様が異なります。

負荷調節の方法



負荷を重くしたいときは、負荷調節ノブを「+」の方向に回してください。負荷を軽くしたいときは、負荷調節ノブを「-」の方向に回してください。

※初めて使用される際は、一番軽い負荷から使用してください。
商品梱包時は、一番軽い負荷に設定してあります。

エクササイズ例

●正面乗り

太ももの前側やお尻まわりに効果的です。



メーターが前

●後面乗り

ツイスト運動が行いやすく、太ももの内側に効果的です。



メーターが後

※写真の製品は、本製品と一部仕様が異なります。

安全上のご注意

安全のために必ずお守りください。
ご使用前には必ずこの「安全上のご注意」をよくお読みのうえ、正しく使用してください。



警告 人が死亡または重症を負う可能性が想定される内容を示します。



必ず守る

次のような方はご使用を控えてください。※運動中に体に異変や異常を感じた場合は、直ちに使用を中止し医師に相談してください。

- 1.妊娠中や生理中、心臓障害、気管支系疾患等、安静が必要な方。
- 2.医師の判断で運動を止められている方、発熱や過労などで体調が優れない方。
- 3.体重が100kgを超える方。

使用の際の注意

- 滑りやすい場所での使用はお止めください。
- 運動の際、足元が不安定な場合は、壁などを支えにして倒れないように注意してください。
- また、可動部分に指をはさまれないように注意してください。
- 使用中・使用直後は高温になるため、オイルシリンダーには触らないでください。

本商品を運動目的以外(子供のおもちゃ等)には使用しないでください。また、使用中は子供を近づけないでください。

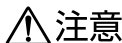
- 事故やケガ、故障の原因になります。

使用前にご確認ください。

- 使用前に必ず各固定ボルト・ナットの点検を行い、しっかり固定出来ているか確認してください。

万一商品が濡れた場合は。

- サビや故障の原因となります。また、滑りやすくなりますので乾いた布などで速やかに拭き取ってください。



注意 人が障害を負う可能性及び物的損害の発生が想定される内容を示します。



禁止

次の場所に設置したり、保管をしないでください。

- 斜めに傾いたり滑りやすい不安定な場所や振動の多い場所。
- 油煙や湯気や埃の多い場所。風通しの悪い場所。
- 極端に高温や低温になる場所。直射日光の当たる場所や熱器具の近く。
- 子供の手の届く場所

傷や汚れを付けないように注意してください。

- フローリングや畳の部屋でのご使用は、傷や汚れを付ける場合があります。付属の専用マットなどを敷いて傷や汚れを付けないように注意してください。

不要な修理・分解・改造はしないでください。

- 不要な修理・分解・改造は破損・故障・ケガの原因となり大変危険です。

異物はいれしないでください。

- メーターや本体の内部に異物を入れしないでください。異物が入ったまま使用すると故障の原因となります。

乗り降りする際はゆっくり行ってください。

- 乗り降りする際は正面を向いて、ステップ台中央に足を置いてください。

お客様へお願い

商品使用開始時にステップ台の動きが重く感じる場合がございます。これはオイルシリンダー内部の潤滑剤が硬化することで発生します。踏み込みを小さくゆっくりと、しばらく(数分間)動かしていくと徐々に通常の動きに戻ります。

オイルシリンダーはその特性上、発熱やシューシューという音を発生します。あらかじめご了承くださいませようお願い申し上げます。なお使用上、問題はございません。

本商品はご家庭で手軽にご使用いただける様に設計されたトレーニング器具です。トレーニングジムや不特定多数でのご使用は出来ません。また、連続使用時間は最長1時間を目安にし、次のご使用までに1時間程度の間隔をあけてください。

商品の形状は安全向上の為予告なく変更する場合があります。説明資料等と一部異なる場合がございますが、あらかじめご了承ください。

ご使用中、異音やぐらつき感などいつもと違う状態になった場合は、直ちに運動を中止し、販売元までご連絡ください。

保証書

品名 ツイストステッパーライト SP-700

お客様

ふりがな
お名前
〒
ご住所

様 ☎

取扱販売店・住所・電話番号

保証期間

お買上げ日

年

月

日 より

1年間

商 品 名	ツイストステッパーライト SP-700
本 体 サ イ ズ	(約) 幅45cm × 奥行29cm × 高さ23.5cm
重 量 / 耐 荷 重	約8kg / 100kg
材 質	スチール、ABS
付 属 品	取扱説明書、専用マット、単4乾電池1本(モニター用)
原 産 国	台湾

この製品は、厳密な品質管理及び検査を経て、お届けしたものです。お買上げの日から上記期間中故障が発生したときは、商品と本書をご提示の上、お買上げの販売店または下記にご相談ください。所定記入欄が空欄のままの場合、本書は無効となる場合がございますのでお買上げの販売店にお申し出ください。

本書は再発行いたしませんので、大切に保管してください。この保証書は、本書に明示した期間、条件のもとにおいて無料修理をお約束するものです。この保証書によってお客様の法律上の権利を制限するものではありませんので、保証期間経過後の修理についてご不明のときは、下記販売元までお問い合わせください。

(無料修理規定)

- 1.取扱説明書・本体シール等の注意事項にしたがった正常な使用状態で、保証期間内に故障したときには無料修理いたします。
- 2.ご贈答品などで本書に記入してあるお買上げの販売店に修理がご依頼できないときには、下記販売元へお問い合わせください。
- 3.保証期間内でも、次の場合には有料修理となります。

(イ) 本書のご提示がないとき。(ロ) 本書にお買上げ年月日、お客様名・販売店名の記入がないとき、または字句を書き換えられたとき。

(ハ) 使用上の誤り、または不当な修理や改造による故障及び損傷。(ニ) 火災・公害および地震・風水害その他天災地変など外的要因による故障および損傷。

(ホ) 業務用としての使用など一般家庭用以外に使用されたときの故障および損傷。(ヘ) 消耗品および本体以外の付属品の消耗。

- 4.本書は日本国内においてのみ有効です。Effective only in Japan.

販売元 **株式会社ルネサンス**

〒130-0026

東京都墨田区両国2-10-14両国シティコア

<https://www.s-renaissance.co.jp/>

お客様相談室 (10:00 ~ 17:00 土日祝を除く)



0120-371-719



proshop@s-renaissance.co.jp