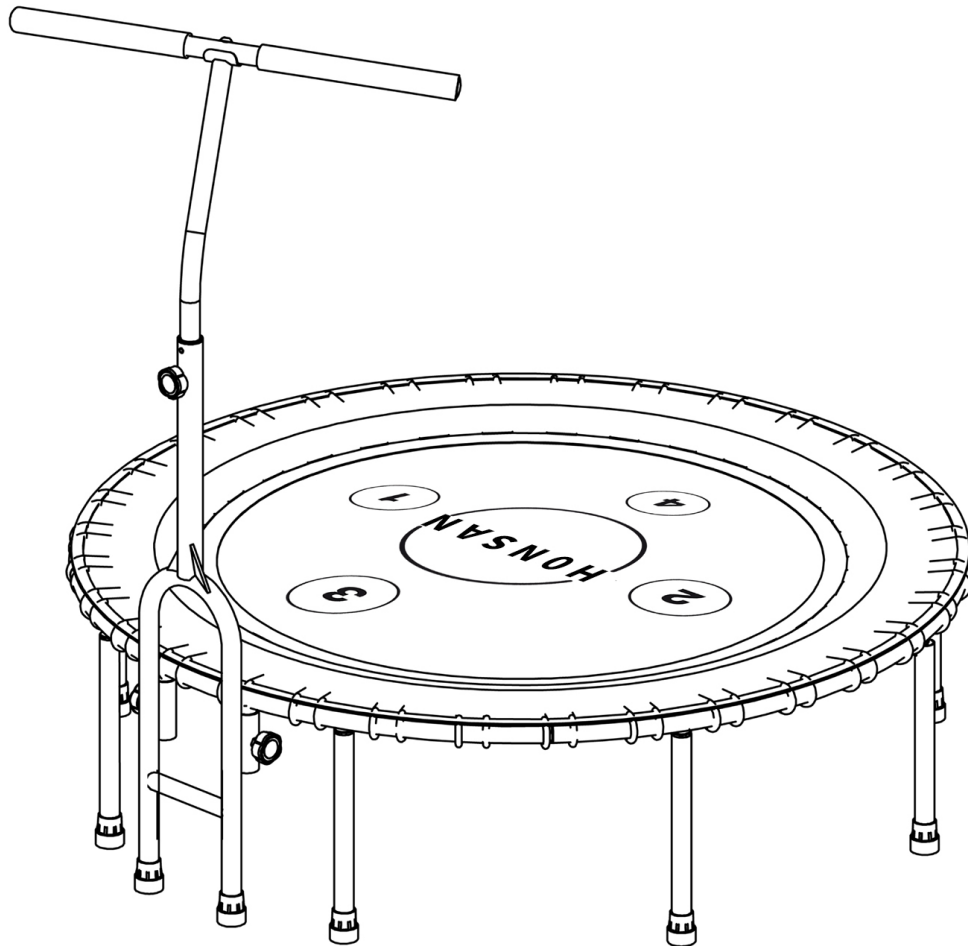


AW301-FNT

フィットネストランポリン

取扱い説明書



お客様へ

この度はお買い上げいただき誠にありがとうございます。

以下の内容をお読みいただき、本商品をご利用くださいますようお願いいたします。

説明及び警告：

- 1、本商品の最大耐荷重が 150 kg の為、耐荷重以上のご利用はご遠慮ください。
- 2、本商品を組み立てる際、手が挟まれないようくれぐれもお気をつけください。
- 3、正しい取扱い順序にそって組み立てるようお願いします。
- 4、組立時、広い場所で組立してください。
- 5、ご利用の際、横転やけがを避けるために平らな地面に本商品を置いてご利用ください。
- 6、運動靴を履き本商品をご利用ください。
- 7、安全のため、ご使用の度にトランポリンのチェックを行ってください。脚部がしっかり取り付けられているか、弾力ロープが完備されているかチェックしてください。

取扱い説明：

- ★2名での組立をお勧めします。
- ★ご利用の際は、説明書をご覧ください。
- ★包装箱から部品を全部取り出し、説明書の部品リストを参考に部品がそろっているかどうかを確認してください。万一部品の不足や破損などがございましたら以下までご連絡ください。

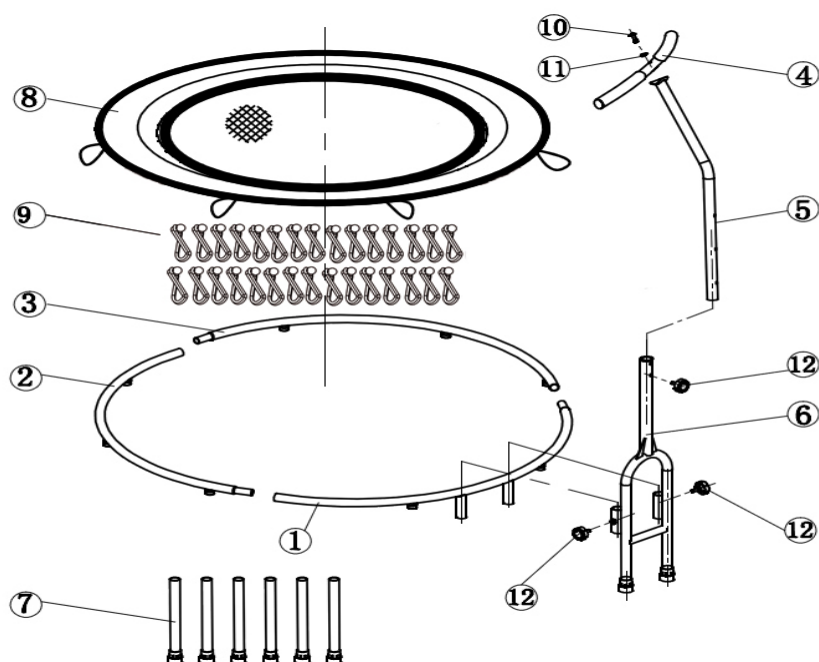
〒658-0015

兵庫県神戸市東灘区本山南町 8-6-26 東神戸センタービル 13 階

株式会社ホームテイスト

TEL:078-413-3787

部品リスト：



1, メインパイプ A 1 本

2, メインパイプ B 1 本

3, メインパイプ C 1 本

4, ハンドルバー 1 本

5, ハンドル高さ調整管 1 本

6, ハンドル下端の立て柱 1 本

7, 足パイプ 6 本

8, ジャンプマット 1 個

9, 弾力ロープ 30 個

10, ハンドル頂部のねじ 1 個

11, パッド 1 個

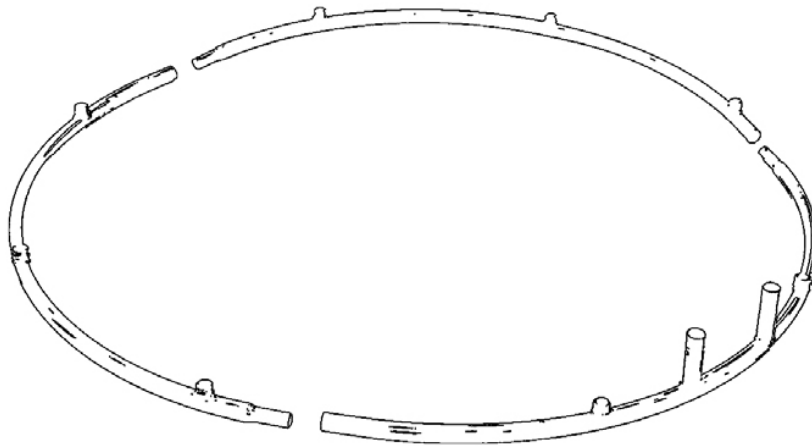
12, セットスクリュー 3 個

13, ねじを取り付ける工具 1 個

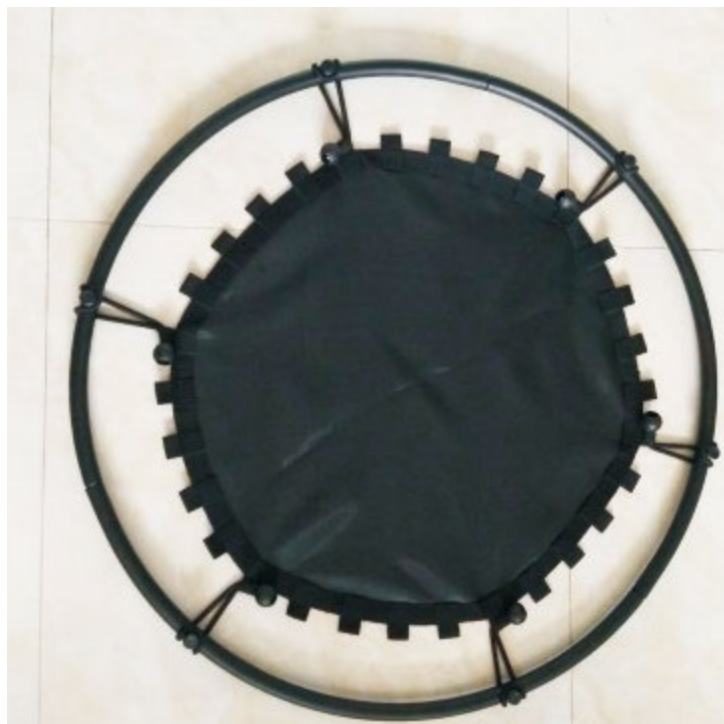
14, 弾力ロープを取り付ける工具 1 個

トランポリンの組み立て：

1、包装を外し、三つのメインパイプをつなぐ



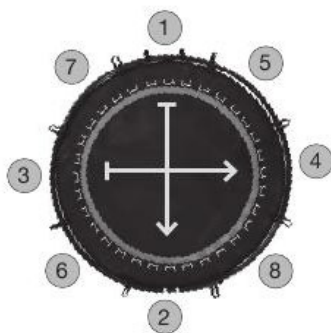
2、ジャンプマットを固定する為に 6 か所を弾力ロープで固定する



3、弾力ロープの正しい固定方法：すべての弾力ロープをビーズに固定させるようにしてください。



4、弾力ロープを対称に組み立ててください



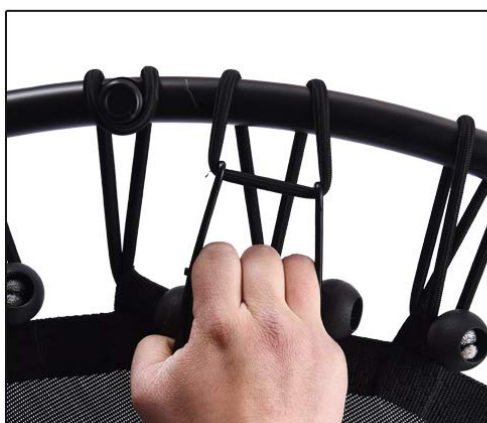
5、弾力ロープを固定し、6本の足パイプをメインパイプに取り付ける



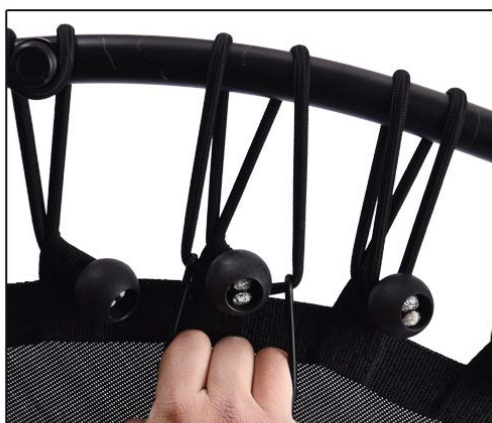
BUNGEE CORD INSTALLATION



PULL UP ELASTIC ROPE WITH MATCHING SPECIAL TOOLS



PULL THE ELASTIC ROPE OVER THE STEEL FRAME



LASTLY, PULL UP THE ELASTIC ROPE TO CATCH THE BEADS.



BECAUSE OF THE LARGE ELASTICITY, THE INSTALLATION OF ELASTIC ROPE WILL BE VERY CHALLENGING.

6、ハンドルを組み立てる。



ハンドル下端の立て柱をメインパイプに挿しこんでから、二つのねじで固定する。



ハンドル高さ調整管を立て柱に挿しこみ、ねじで固定する。



最後にねじでハンドルバーを固定する。

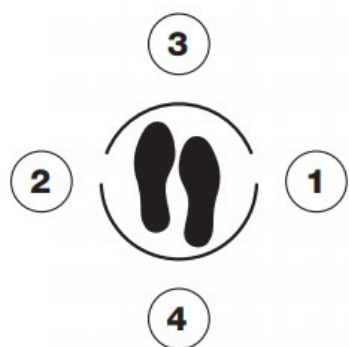
トランポリンのご使用について（一例）

- 1、両足をサークル内に入れ立ってください。
- 2、ゆっくり上下に動いてください。（屈伸運動）

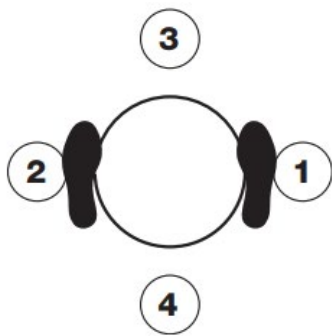
3、両足が動かないように、ジャンプマットと接触を保持しながら、体の重心を左から右、右から左へと移してください。



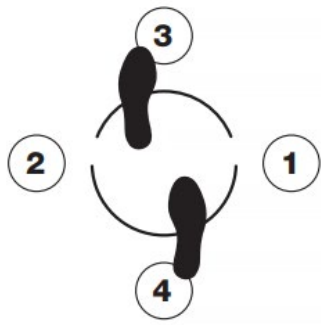
4、足を均等に交互に上げ、腕を緩やかに振ってください。



5、足を数字の1と2においてください。体をまっすぐにし、上下に跳ねてください、跳ねる回数が多いほど効果的です。



6、姿勢を整え、次は足を数字の 3 と 4 におき、跳びながら右脚左脚を交互に着地させてください。



7、元の姿勢に戻したら両足を数字の1+2におき上下に動いてください。（屈伸運動）

バランスが取れる方はこの状態で跳んでみてください。

