

LEADING EDGE

ITEM No. LE-B100R

アジャスタブルベンチ
ADJUSTABLE BENCH

取扱説明書

この度は本製品をお買い上げ頂き誠にありがとうございます。
安全にご使用いただくために必ずこの取扱説明書をよく読んでからご使用ください。
また、読み終わった後も大切に保管してください。

使用上のご注意 ※必ずお読みください。

この説明書では、商品を安全に正しくお使いいただき、使用時に起こりうる危害や、財産への損害を未然に防止するために、以下のように表示マークで区分し、説明しています。

表示	意味
警告	この表示を無視して、誤った取り扱いをすると、死亡または重傷を負う可能性が想定される内容を示しています。
注意	この表示を無視して、誤った取り扱いをすると、障害または物的損害が発生する可能性が想定される内容を示しています。

警告		●本製品を、踏み台など本来の用途以外で使用しないでください。
		●本製品は重量があり大変危険なため、組立中は小さなお子様近づかないようにご注意ください。
		●保護者の方は小さなお子様を本商品を遊具として使用しないようご注意ください。
		●商品が破損したり、ガタついたり、取付けがゆるんだ状態での使用はしないでください。
		●トレーニング時には指輪やネックレスなどの装飾品は着用しないでください。
		●飲酒時には使用しないでください。
		●お客様による修理・改造は絶対に行わないでください。 故障や怪我・事故等の原因となります。

注意	●本製品は家庭用となります。 ご自宅等以外(学校・スポーツジム等)での使用はご遠慮ください。
	●ご使用に際してはご自分の体力に応じた重量にてトレーニングを行ってください。
	●ご使用中に体調の変調があった場合は、すぐに使用を中止し医師にご相談ください。
	●本製品の耐荷重量は300kgです。また、シットアップ時の耐荷重は120kgです。(安全上30°以上は使用しないでください。)ダンベルプレスなどの運動を行う際には、器具の重量も加味したうえでご使用ください。
	●ご使用前に各部のボルトが完全に固定されているか必ずご確認ください。
	●本製品は、屋内の平坦な場所で周囲の安全を確認した後にご使用ください。
	●使用前に破損などの異常がないかご確認ください。
●脚フレームに装着のラバー素材と床材との相性により、移染が発生してしまう場合がございますので、床保護マット等のご使用をお勧めいたします。	
●本製品はアルコール耐性シートを使用しておりますが、過度な拭き取りや、溶剤の長時間の付着は劣化や変色のおそれがありますので、十分に拭き取り乾燥させてください。	
●屋外での使用や、直射日光の当たる場所、湿気の多い場所などでの保管は避けてください。錆や変色の原因となります。	

販売元

株式会社 YOCABITO 〒500-8842 岐阜県岐阜市金町 4-30 6F お客様相談窓口：info@yocabito.co.jp

品質表示

寸法：約長さ157cm×幅65cm×高さ42cm
本体重量：約28.5kg
耐荷重：300kg(シットアップ時は120kg)
原産国：中国

※商品の外観や仕様は予告なく変更する場合があります。

構造部材

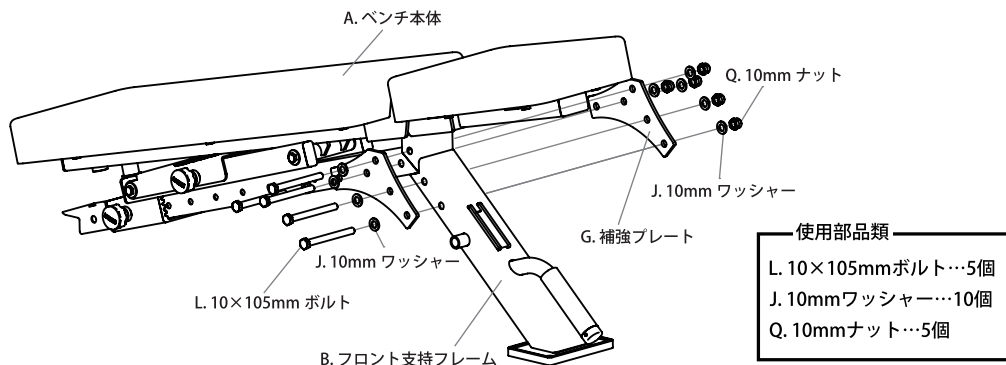
本体フレーム：スチール
シート表面皮：PVC
シート中身：ウレタン/合板

内容品 ※組み立て前に必ず内容をご確認ください。

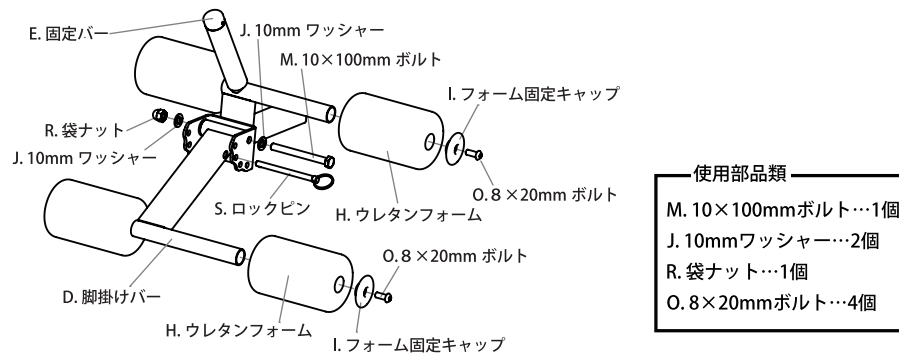
A. ベンチ本体 ×1 		B. フロント支持フレーム ×1 	
D. 脚掛けバー ×1 		E. 固定バー ×1 	F. 座面調整プレート ×1
H. ウレタンフォーム ×4 		I. フォーム固定キャップ ×4 	J. 10mm ワッシャー ×18
L. 10×105mm ボルト ×5 		M. 10×100mm ボルト ×1 	N. 10×15mm ボルト ×7
P. 固定ボルト ×1 		Q. 10mm ナット ×5 	R. 袋ナット ×1
T. スパナ ×2 		U. 5mm 六角レンチ ×1 	

組み立て方法 ※組み立ての際は、軍手等を着用した上、手などを挟まない様にお気を付け下さい。

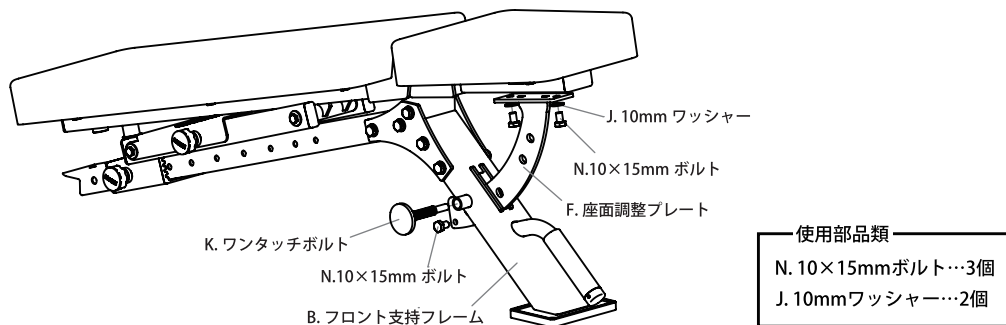
1. A. ベンチ本体に B. フロント支持フレームを取り付け、G. 補強プレートを両側からはさみ、ボルトで固定します。ネジは全て仮締めで固定してください。



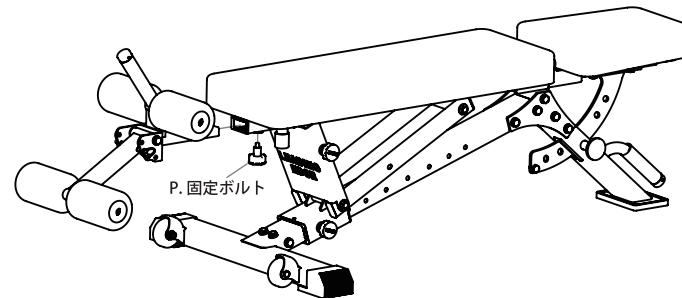
4. E. 固定バーに D. 脚掛けバーを取り付け、H. ウレタンフォームを取り付けます。
I. フォーム固定キャップを取り付け、H. ウレタンフォームを固定します。
S. ロックピンでお好みの角度に調整します。ネジは全て仮締めで固定してください。



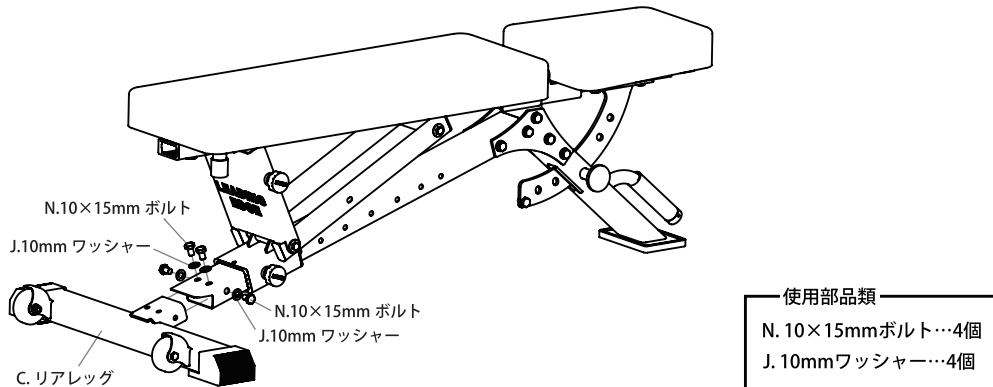
2. F. 座面調整プレートを取り付けます。B. フロント支持フレームに K. ワンタッチボルトを取り付け、座面角度を調整します。ネジは全て仮締めで固定してください。



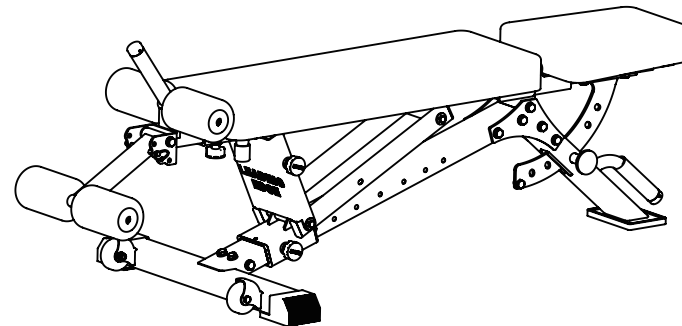
5. A. ベンチ本体に 4. で組み立てたフレームを取り付け、P. 固定ボルトで固定します。仮締めしていたネジを全て本締めしてください。



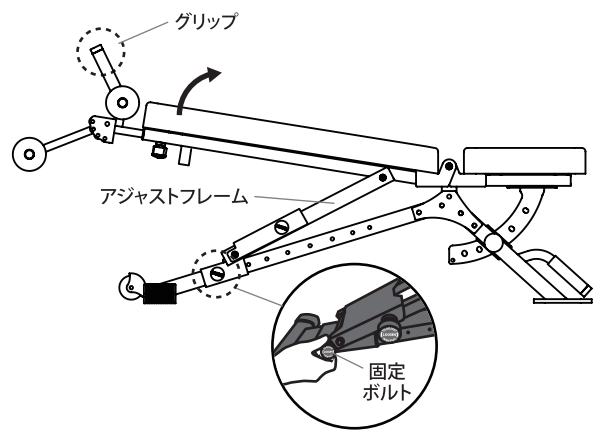
3. C. リアレッグを取り付けます。ネジは全て仮締めで固定してください。



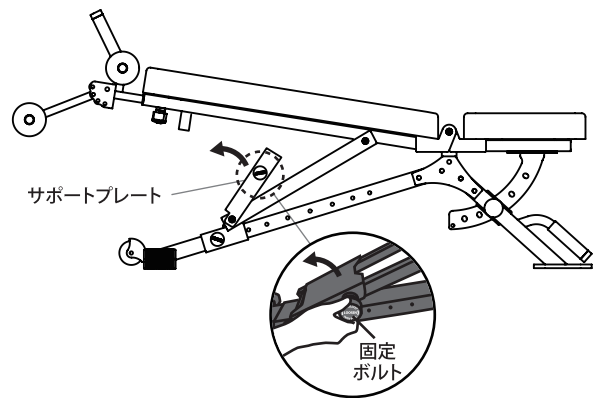
6. 完成



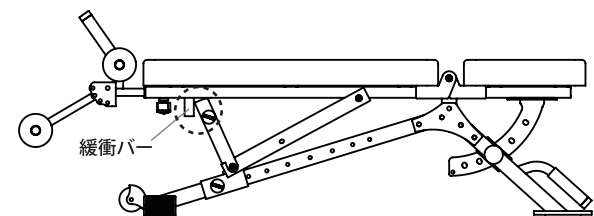
可変方法(フラット)



グリップを持ちアジャストフレームの固定ボルトを手前に引っ張りながら、一番下の穴に固定します。カチッと合はるまでボルトを穴に押し込んでください。

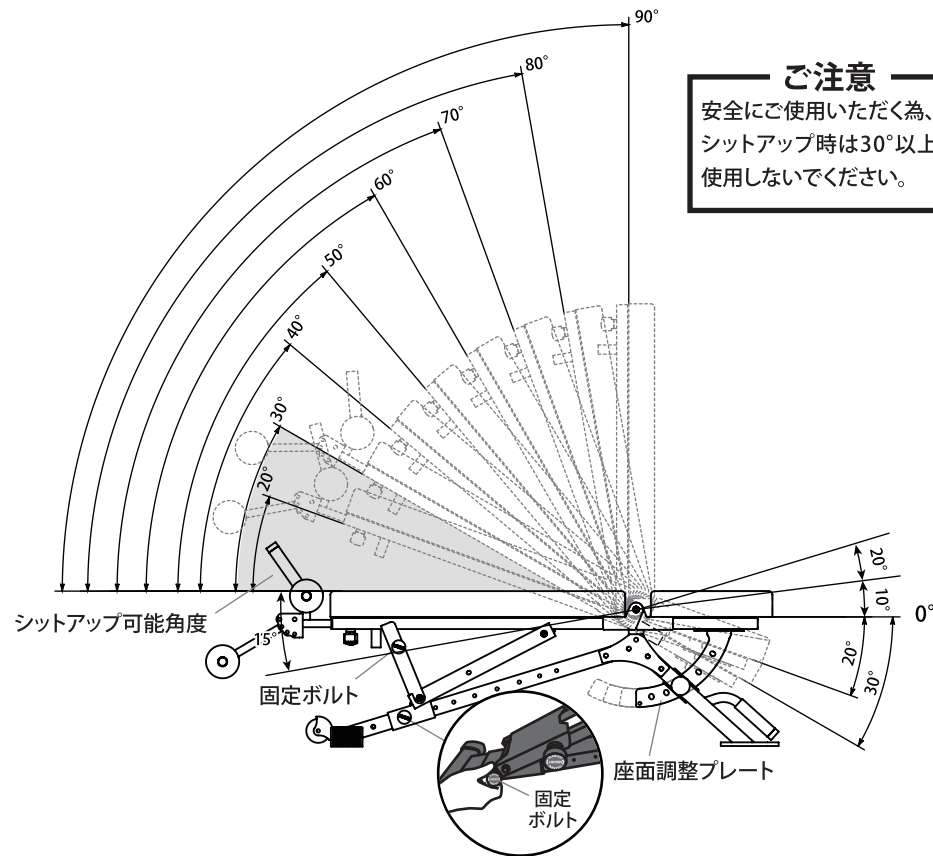


グリップを持って軽くシートを持ち上げたまま、サポートプレートの固定ボルトを手前に引っ張りながら、矢印の向きに起こします。



緩衝バーまでサポートプレートを引っ張り、固定します。

可変方法(角度調整)



ご注意
安全にご使用いただく為、シットアップ時は30°以上は使用しないでください。

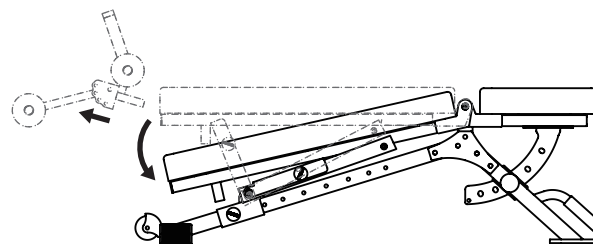
【背面シート角度調整方法】

可変方法(フラット)の逆の手順で、シートを軽く持ち上げ、サポートプレートをアジャストフレームに戻します。アジャストフレームの固定ボルトを手前に引っ張りながらシートを起こし、角度調整の穴に押し込み、好みの角度に調整します。

【座面シート角度調整方法】

座面下のワンタッチボルトを手前に引っ張りながら座面シートの角度を調整します。角度を調整したら、ワンタッチボルトを穴に押し込み固定します。

可変方法(デクラインポジション)



足掛けバーを取り外し、可変方法(フラット)の状態から、サポートプレートをアジャストフレームに戻し、ベンチ本体を倒します。