

保管用

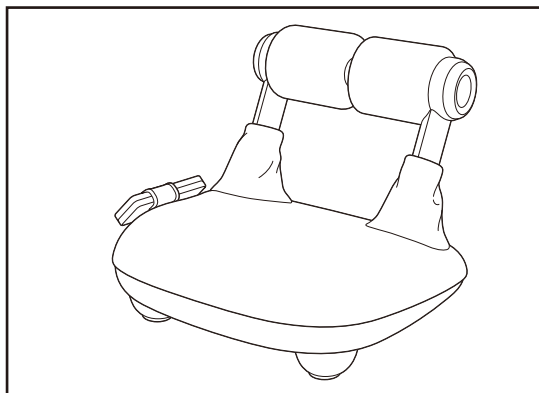
THRIVE

保証書付

フィットネス機器

腹筋トレーナー FD-105

取扱説明書



このたびはお買い上げいただき、ありがとうございました。
この「取扱説明書」をよくお読みいただき、正しくお使いください。
とくに「安全上のご注意」は必ずお読みください。
お読みになったあとは、いつでも取り出せるところに保管してください。

もくじ

- 安全上のご注意……………1～4
- 各部の名称と動作……………5
- 運動の前に……………6
- 使いかた……………6～10
- 使用上のご注意……………10
- お手入れについて……………10
- 保管について……………11
- 故障かなと思ったら……………11
- 愛情点検について……………11
- 仕様……………12
- アフターサービスについて…12・13
- 無料修理規定……………14
- 保証書……………裏表紙

安全上のご注意

- ご使用前に、この「安全上のご注意」をよくお読みのうえ、正しくお使いください。
- ここに示した注意事項は、製品を安全に正しくお使いいただき、あなたや他の人々への危害や損害を未然に防止するためのものです。また注意事項は、危害や損害の大きさと切迫の程度を明示するために、誤った取扱いをすると生じることが想定される内容を「警告」、「注意」に区分しています。いずれも安全に関する重要な内容ですので、必ず守ってください。



警告

人が死亡または重傷を負う可能性が想定される内容



注意

人が損害を負う可能性および物的損害のみの発生が想定される内容

絵表示の例



○記号は、「禁止」の行為を示しています。(左図の場合は分解禁止)



●記号は、行為を強制・指示するものです。(左図の場合は電源プラグを抜く)

- お読みになったあとは、お使いになる方がいつでも見られるところに必ず保管してください。



警告



禁止

運動以外の目的には使用しない。
事故やけがの原因になります。

体重が100kg以上の人には使用しない。
事故やけが、故障の原因になります。

自分で操作できない人に使わせない。
事故やけがの原因になります。

子供には使用させない。(乳幼児以外の子供で、保護者の監督下で使用する場合を除く。)
事故やけがの原因になります。

子供には本品の上に乗せたり遊ばせたりしない。
事故やけがの原因になります。

背もたれパッドにからだを預けすぎない。
転倒による事故やけがの原因になります。



禁止

2人以上が同時に使用しない。
事故やけがの原因になります。

ACアダプターが破損したり、コンセントの差し込みがゆるいときは使用しない。ACアダプターが破損した場合は、お買い上げ販売店またはお客様相談センターに修理の依頼をする。
そのまま使い続けると感電やショート、火災の原因になります。

付属以外のACアダプターで使用しない。
また、付属のACアダプターで他の電気製品を使用しない。
感電やショート、発火の原因になります。

電源コードを無理に曲げたり、引っ張ったり、ACアダプターに巻きつけたりしない。
また、重いものをのせたり、熱器具に近づけて使用しない。
感電や火災の原因になります。



分解禁止

機器が故障したり張地が破れた場合は、勝手に修理せず、お買い上げ販売店またはお客様相談センターに連絡する。
ACアダプターが破損した場合、危険なためACアダプターの交換はお買い上げ販売店またはお客様相談センターに交換の依頼をする。
機器は改造しない。
火災や感電、けがの原因になります。



強制


次の人は必ず医師や理学療法士に相談のうえ使用する。

- 心臓に障害のある人 ●悪性腫瘍のある人
 - ペースメーカーなどの電磁障害の影響を受けやすい体内植込み型医用電気機器を使用している人
 - 現在腰痛の人や、過去に首、腰、足を痛めたことのある人
 - 足、腰、首、手にしびれがある人 ●けんしょう(腱鞘)炎の人
 - 呼吸器に障害のある人 ●高血圧症の人
 - 内臓疾患(胃炎、肝炎、腸炎)などの急性症状のある人
 - 腰痛(椎間板ヘルニア、脊椎すべり症、脊椎分離症など)のある人
 - 変形性関節炎、リュウマチ、痛風の人
 - 骨粗しょう症の人、脊椎の骨折、捻挫、肉離れなど、急性[疼痛性]疾患の人
 - 背骨に異常がある人、曲がっている人
 - 血行障害、血管障害など循環器に障害がある人
 - 体温38℃以上の有熱期にある人(倦怠感、悪寒、血圧変動など急性炎症症状の強い時期や衰弱しているときなど)
 - リハビリテーションの目的で使用される人 ●妊娠中や出産直後の人
 - 安静を必要とする人 ●皮膚に創傷のある人
 - 糖尿病などによる高度な末梢循環障害による知覚障害のある人
 - その他医療機関で治療中の人、またはからだに異常を感じている人
- 事故や体調不良をおこす原因になります。


使用前に必ず張地が破れていないか確認する。
(どんなに小さな破れでもただちに使用を中止し、ACアダプターを抜き、修理を依頼してください。)
けがや感電の原因になります。





安全上のご注意

警告

| | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  強制 | 次の人は使用しない。 医師から運動を禁じられている人(例:血栓(塞栓)症、重度の動脈りゅう(瘤)、各種皮膚炎および皮膚感染症[皮下組織の炎症を含む]など)、 症状を悪化させる原因になります。 |
| | ACアダプターは交流100Vで使用する。 火災や感電の原因になります。 |
| | 器具用プラグやソケットは定期的に掃除する。 ホコリの付着・湿気などで絶縁不良になり、漏電火災の原因になります。 |
| | 運動するときは、必ず周囲に子供やペットがいないことを確認する。 事故やけがの原因になります。 |

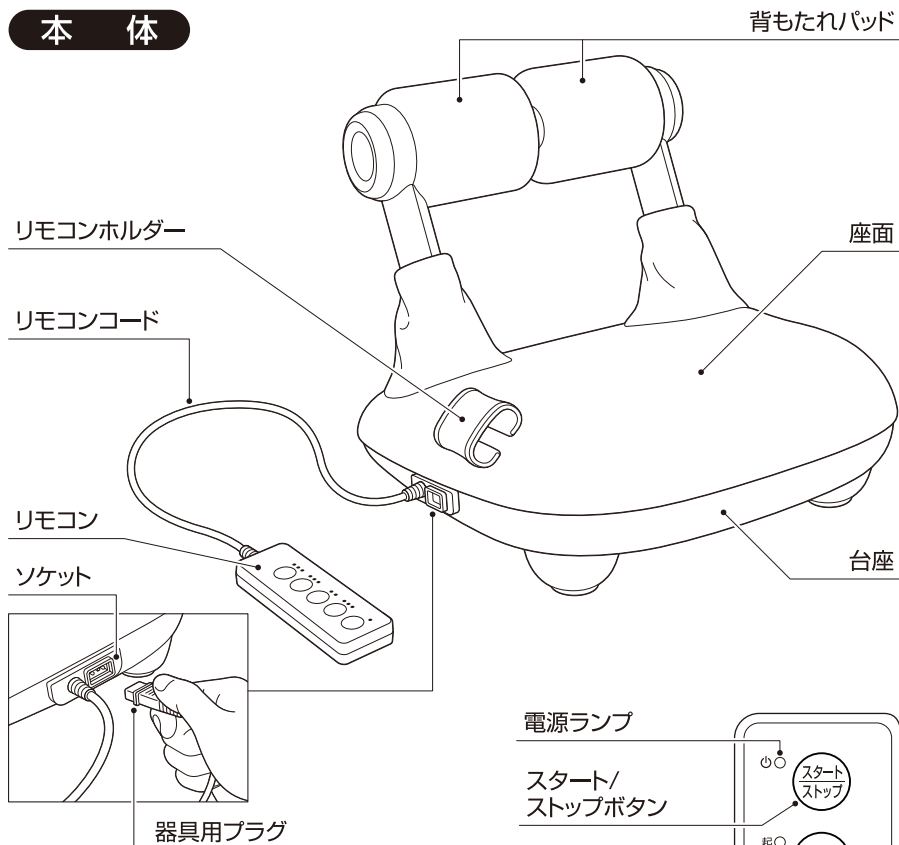
注意

| | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  禁止 | 次のようなときは使用しない。 ●疲労が激しいとき ●酒に酔っているとき けがや体調不良をおこす原因になります。 |
| | 次のような症状が出たときは運動を中止する。 めまい、ふらつき、冷や汗、顔面蒼白、失神、嘔吐、心拍の乱れ、動悸、 胸の圧迫感、けいれん、腱・靭帯の痛み、骨折、その他心身の異常など。 |
| | 本品は家庭用です。 学校、スポーツジムなど、不特定多数の使用者によって使用しない。 故障やけがの原因になります。 |
| | 食前、食後の1時間は使用しない。 体調不良をおこす原因になります。 |
| | 人または物をのせたまま移動しない。 転倒による事故やけがの原因になります。 |
| | ストープなど火気の近くで使用したり、たばこを吸いながら使用しない。 また、ホットカーペットなどの暖房器具の上で使用しない。 火災の原因になります。 |
| | アクセサリーなどの硬いものをつけて使用しない。 また、ピンやボールペンなどをポケットに入れたり、衣類に付けて使用しない。 事故やけがの原因になります。 |
| | 故障が見つかったら、すぐに使用を止め、ACアダプターをコンセントから抜く。 事故やけがの原因になります。 |

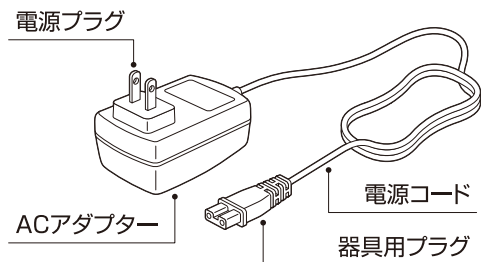
| | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  禁止 | 使用中にACアダプターを抜かない。 けがの原因になります。 |
| | お手入れの際はシンナー、ベンジン、アルコール、熱湯は使用しない。 変色・変形の原因になります。 |
| | 水などをこぼしたり、ぬれたからだで使用しない。 感電やショート、故障の原因になります。 |
|  水場使用禁止 | 浴室など湿度の高い場所では使用しない。 感電や故障の原因になります。 |
| | 使用中、からだに異常を感じたときはただちに使用を中止し、医師に相談する。 事故や体調不良をおこす原因になります。 |
|  強制 | 運動に適した服装で使用する。からだのサイズにあった運動着を着用する。 転倒による事故やけがの原因になります。 |
| | 体力に自信のない人やはじめて使用する人は、短い時間で使用する。 事故や体調不良をおこす原因になります。 |
| | 運動するための十分な広さがある、水平な床に設置する。 転倒による事故やけがの原因になります。 |
| | 畳やフローリングなど傷つきやすい床の上で使用する場合は、マットなどを敷く。 床が傷つく原因になります。 |
| | 使用後は操作ボタンで動作を止め、ACアダプターをコンセントから抜く。 子供のいたずらによる事故やけがの原因になります。 |
| | 使用後は電源コードのねじれをほどいて保管する。 断線やショートの原因になります。 |
|  電源プラグを抜く | ACアダプターをコンセントから抜くときは電源コードを持たず、必ずACアダプターを持って引き抜く。器具用プラグをソケットから抜くときは電源コードを持たず、必ず器具用プラグを持って引き抜く。 感電やショートの原因になります。 |
| | 使用時以外はACアダプターをコンセントから抜く。 ホコリの付着・湿気などで絶縁不良になり、漏電火災の原因になります。 |
| | お手入れの際は、ACアダプターをコンセントから抜く。 また、ぬれた手でACアダプターにふれない。 感電ややけどの原因になります。 |
| | 停電のときは、ACアダプターをコンセントから抜く。 停電復帰時に事故やけがの原因になります。 |

各部の名称と動作

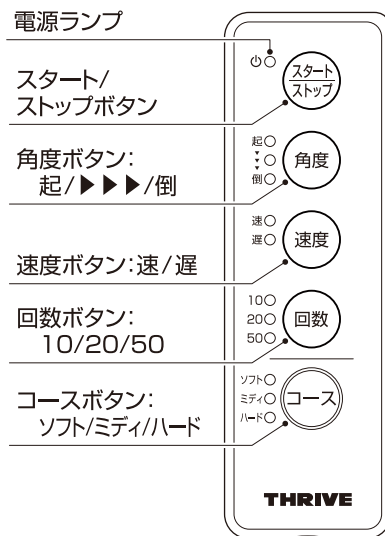
本体



付属品



- 付属品は同梱されているものをお使いください。



運動の前に

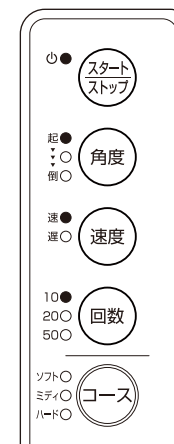
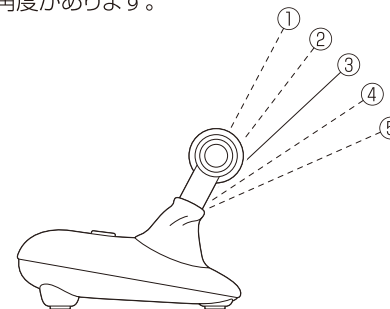
- 周囲に障害物のない水平な床に設置してください。
- 畳やフローリングなど傷つきやすい床の上で使用する場合は、マットなどを敷いてください。
- 座布団等厚みのある敷物の上で使用しないでください。器具用プラグが屈曲で破損する原因になります。
- 使用者の後部には転倒にそなえて厚手のマットを敷き、事故防止が配慮されている場所をお選びください。
- 張地が破れていないか確認してください。
- 器具用プラグをソケットに差ししてください。(抜け落ちないように確実に接続する)
- ACアダプターをコンセントに差ししてください。(抜け落ちないように確実に接続する)

使いかた

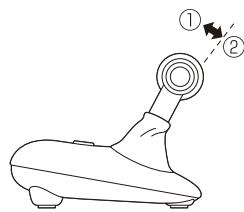
- ACアダプターをコンセントに差すとリモコンの各ボタンのランプが右図のように点灯(黒丸)しますので、運動をはじめる前に各ボタンで動作の設定をしてください。

1. 角度 ボタンを押して背もたれの[動作角度]の設定してください。

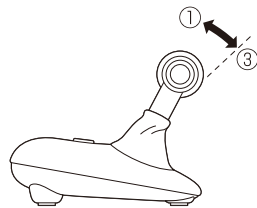
背もたれ動作角度は、あらかじめ設定された5つの角度があります。



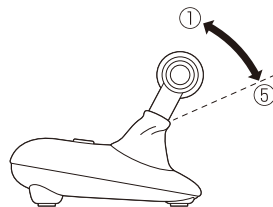
- 起 ●
- **角度** 角度①から②をくり返し動作します。
-



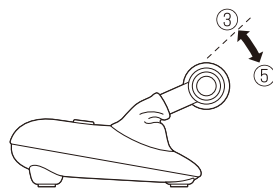
- 起 ●
- **角度** 角度①から③をくり返し動作します。
-



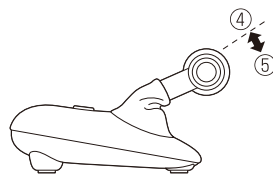
- 起 ●
- **角度** 角度①から⑤をくり返し動作します。
-
- 倒 ●



-
- **角度** 角度⑤から③をくり返し動作します。
-
- 倒 ●



-
- **角度** 角度⑤から④をくり返し動作します。
- 倒 ●



2. **速度** ボタンを押して[速度]の設定をしてください。
ボタンを押すごとに[速][遅]の順番に切り替わります。

3. **回数** ボタンを押して、背もたれの[反復動作回数]を設定をしてください。
ボタンを押すごとに[10][20][50]の順番に切り替わります。

4.各ボタンの設定を終えたら **スタート/ストップ** ボタンを押してください。
動作がはじまります。

5.動作時に **角度** ボタンで背もたれの[動作角度]を、
速度 ボタンで[速度]を変更することができます。

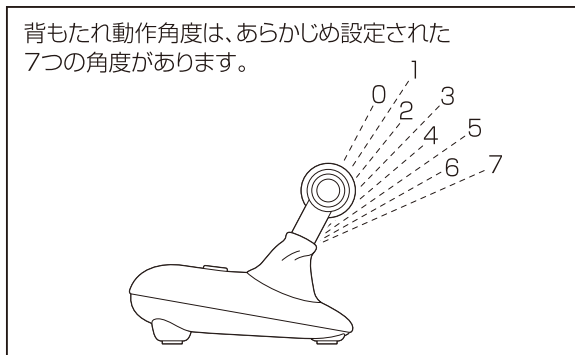
- ・[動作角度]を変更した場合、いったん背もたれが角度①に戻り、変更後の角度まで背もたれが移動します。
[反復動作回数]は最初に設定した回数を引き継ぎます。
- ・[速度]を変更した場合、即座に速度が切り替わります。
[反復動作回数]は最初に設定した回数を引き継ぎます。

・動作時に **回数** ボタンを押しても[反復動作回数]は変更できません。

ご注意

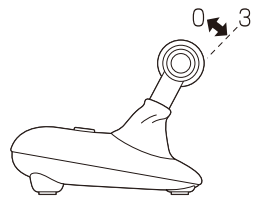
- 慣れないうちは **角度** ボタンを[起]、**速度** ボタンを[遅]、
回数 ボタンを[10]に設定し、徐々にからだを慣らしてください。

6. **コース** ボタンは、上記の動作設定をすることなく、
あらかじめ設定された3つのコースで動作を行います。
ボタンを押すごとに[ソフト][ミディ][ハード][停止]の順番に切り替わります。

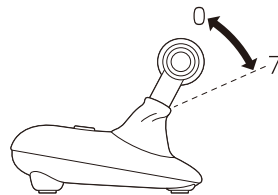


コース解説(回数と背もたれ動作角度)

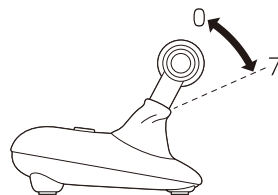
- ソフトコース : 回数:15回 / 背もたれ動作角度:0~3
 ● (コース)
 ○
 ○
- 背もたれ動作角度0~3の範囲を一時停止を行いながら反復動作します。反復動作の範囲が少ない初級者向けです。(慣れない方はこのコースから初めて下さい。)



- ミディコース : 回数:20回 / 背もたれ動作角度:0~7
 ○ (コース)
 ●
 ○
- 背もたれ動作角度0~7の範囲を一時停止を行いながら反復動作します。コース前半は角度0~3の範囲を、後半は角度0~7の範囲を動作し、後半になるにつれて反復動作の範囲が大きくなる中級者向けです。



- ハードコース : 回数:30回 / 背もたれ動作角度:0~7
 ○ (コース)
 ○
 ●
- 背もたれ動作角度0~7の範囲を一時停止を行いながら反復動作します。コース前半は角度0~7の範囲を、中盤からは角度4~7の範囲を動作します。背もたれ動作角度7を基準とした上級者向けです。

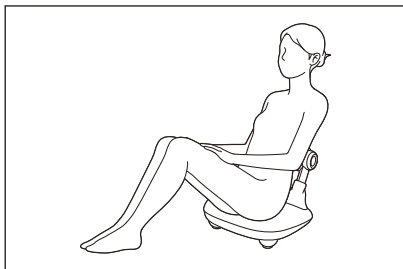


7.運動を終了したい時は、**スタート/ストップ** ボタン押してください。

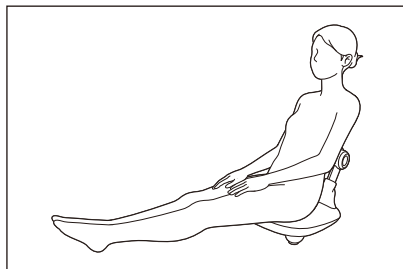
背もたれが角度①(通常位置)に戻り、動作が止まります。

8.ACアダプターをコンセントから抜き、器具用プラグをソケットから抜いてください。

ポーズ



ひざを曲げ、両手は太ももの上に置く
(顔は正面を向き、背筋を伸ばす)



足を伸ばし、両手は太ももの上に置く
(顔は正面を向き、背筋を伸ばす)

- 背もたれパッドにからだを預けすぎると、本品と一緒にうしろに倒れる原因になりますので、十分に注意してください。

ご注意

体力に衰えのある人、体力に不安のある人、日頃運動をしていない人は、ご自分に合った無理のない運動を行うようにしてください。慣れるまでは1日の使用回数を少なくし、使用される時間と時間の間隔を十分に空けてください。

無理な運動は、体調不良を引き起こす原因になります。

使用上のご注意

- 整髪料・化粧品などの薬品を接触させないでください。化学変化による生地の変色や劣化の原因になります。
- 直射日光を毎日長時間あてないでください。生地の変色や劣化の原因になります。
- ビニールや室内の壁紙などに長時間接触させないでください。生地が変色する原因になります。

お手入れについて

背もたれパッド・座面・台座

- 柔らかい乾いた布でふき取ってください。
- 汚れがひどい場合は、ぬるま湯にうすめた中性洗剤を含ませた布をよくしぼってからふき、仕上げに乾いた布で水分をふき取ってください。

次のお手入れのしかたは変色や変質の原因になります。

- シンナー、ベンジン、アルコール、熱湯を使用する。
- ドライヤーで急激に乾燥させる。
- アイロンかけをする。

保管について

- ACアダプターをコンセントから抜き、器具用プラグをソケットから抜き、電源コードのねじれをほどいて保管してください。
- 汚れやホコリをとったあと、湿気の少ないところに保管してください。
- しばらくご使用にならないときはカバーなどをかけ、ホコリがつかないようにしてください。
- お子様の手の届かない場所に置いてください。



故障かなと思ったら

| 症 状 | 調べるところ |
|----------------|--------------------------|
| ●動作しない | ●器具用プラグ、ACアダプターが抜けていませんか |
| ●動作中のモーター音や機械音 | ●構造上のもので機能などに影響はありません |

上記点検後なお異常音、動作しないなどの異常を感じたらただちに使用を中止してください。ACアダプターをコンセントから抜いて、お買い上げ販売店またはお客様ご相談センターに点検、修理を依頼してください。

愛情点検について

しばらく使用しなかった機器を使用するときは、使用前に機器が正常に動作することを確認してください。

| | | | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
|  愛情点検 | このような症状はありませんか。 <ul style="list-style-type: none">● こげくさいにおいがする● 電源コード、ACアダプターが異常に熱い● コードを動かすと通電したりしなかったりする● その他異常がある |  | 故障や事故防止のため使用を中止し、ACアダプターをコンセントから抜いて、必ずお買い上げ販売店またはお客様ご相談センターに点検、修理をご相談ください。 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|

仕様

| | |
|---------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 販売名 | 腹筋トレーナー FD-105 |
| 定格 | AC100V 50/60Hz 30W |
| 定格時間 | 20分 |
| 本体入力 | DC24V |
| ACアダプター | IVP2400-1500P |
| 適応体重 | 100kg以下 |
| 起倒数 | 角度1(起) 速約13回/分 遅約9回/分 角度2(▶▶▶) 速約6回/分 遅約4回/分 角度3(▶▶▶▶) 速約4回/分 遅約3回/分 角度4(▶▶▶▶▶) 速約6回/分 遅約4回/分 角度5(倒) 速約13回/分 遅約9回/分 |
| 外形寸法 | 背もたれ起きた状態 幅約37.5cm×奥行約40cm×高さ約32cm 背もたれ倒れた状態 幅約37.5cm×奥行約46.5cm×高さ約25cm |
| 質量 | 約4.2kg |
| 電源コード長さ | 約1.8m |
| 材質 | 張地:ポリエステル 台座:ABS樹脂 |
| 付属品 | ACアダプター |

アフターサービスについて

- 保証書(裏表紙)
保証書は所定事項の記入および記載内容をご確認いただき大切に保管してください。
- 保証期間中に修理を依頼される場合
保証書の記載内容に従って修理いたします。
- 保証期間を過ぎて修理を依頼される場合
修理すれば使用できる場合は、ご希望により有料で修理させていただきます。
- 補修用性能部品の最低保有期間
当社は補修用性能部品を製造打ち切り後最低6年間保有しております。
補修用性能部品とは、その製品の機能を維持するために必要な部品です。
- その他ご不明な場合
修理に関するご相談ならびにご不明な点は、お買い上げ販売店またはお客様ご相談センターにお問い合わせください。

地球の環境保護のため、廃棄するときそのまま放置しないで
各自治体の取り決めにしたがってください。

お客様ご相談センターのご案内

商品の返品・返金などについては、お買い上げ販売店にお問い合わせください。

商品のお取り扱い方法、修理などのご相談は

フリーダイヤル  **0120-064-762**

※お客様がご加入されている電話（NTT以外の一般回線、PHSおよびIP電話など）によっては、ご利用できない場合がございます。

上記番号がご利用できない場合は下記番号にお問い合わせください。

TEL 086-722-5110

FAX 086-722-3874

岡山大東電機工業株式会社

〒709-3104 岡山県岡山市北区建部町角石谷 1503-1

【受付時間（祝日を除く月～金）9:00～17:00】

都合によりお休みさせていただくことがあります。

お客様の個人情報のお取り扱いについて

お客様よりお知らせいただいた氏名・住所などの個人情報は、当社商品のご相談への対応や修理およびその確認などに利用させていただく場合がございますので、ご了承ください。なお、お客様の個人情報は弊社で責任をもって管理し、第三者への開示や他の目的には使用いたしません。

〈無料修理規定〉

1. 保証期間内に取扱説明書、本体貼付ラベルなどの注意書きに従った正常な使用状態で故障した場合には、お買い上げ販売店または、P13のお客様ご相談センターが無料修理いたします。
2. 保証期間内に故障して無料修理を受ける場合は、商品と本書をご持参ご提示のうえ、お買い上げ販売店または、P13のお客様ご相談センターに依頼してください。
3. ご転居の場合には事前にお買い上げ販売店にご相談ください。
4. ご贈答品などで本書に記入してあるお買い上げ販売店に修理がご依頼にできない場合には、P13のお客様ご相談センターにご相談ください。
5. 保証期間内でも次の場合には有料修理になります。
 - (イ) 使用上の誤りおよび不当な修理や改造による故障および損傷
 - (ロ) お買い上げ後の取付場所の移動、落下などによる故障および損傷
 - (ハ) 火災、地震、水害、落雷、その他の天災地変、公害や異常電圧による故障および損傷
 - (ニ) 一般家庭用以外（例えば、業務用の長時間使用、車両、船舶への搭載）に使用された場合の故障および損傷
 - (ホ) 本書の提示がない場合
 - (ヘ) 本書にお買い上げ年月日、お客様名、販売店名の記入のない場合、あるいは字句を書き換えられた場合
 - (ト) 指定外電源（電圧・周波数）使用による損傷
6. 本書は国内においてのみ有効です。
7. 本書は再発行いたしませんので紛失しないよう大切に保管してください。

修理メモ

- ※ 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。したがって、この保証書によって保証書を発行している者、およびそれ以外の事業者に対するお客様の法律上の権利を制限するものではありません。
- 保証期間経過後の修理などについてご不明の場合は、お買い上げ販売店または、P13のお客様ご相談センターにお問い合わせください。
- ※ 保証期間経過後の修理、補修用性能部品の保有期間について、詳しくはP12をご覧ください。

製造販売元

大東電機工業株式会社

〒577-0026 大阪府東大阪市新家東町2-38