

RN-6360

ローイング・フィット®マルチ（家庭用）



この度は、本製品をお買い上げいただき誠に有難う
ございます。ご使用前に、本取扱説明書をよくお
読みのうえ、正しくお使いください。
本書は製品といっしょに大切に保管してください。

も く じ

- 1 安全にお使いいただくために
- 2 各部品の名称
- 3 組み立てる前に
- 4 組み立て方法
- 5～6 運動方法
- 7 安全に製品を移動する方法
- 8 部品リスト
- 9 展開図
- 10 保証書

ここに示した警告サインと図記号例は、製品を正しく安全にお使いいただき、危害や損害を事前に防止するためのものです。本書には製品を使用するうえで、ご理解いただきたい警告および注意事項を記載しています。記載内容を守らなかった場合は、使用する方および他の人々が重大な損害を受けるおそれがあります。

本書では取り扱いを誤った結果、使用者に発生が予想される危害・損害の大きさや切迫度により項目を[警告][注意]の2項目に分け、ご使用の際にお守りいただく内容を下記の表示マークで示しています。



警告

この警告を無視し誤った取り扱いをすると、人が死亡または重症を負う可能性がある内容を示しています。
取り扱いを誤ると重大な事故につながるおそれがあります。



注意

この注意を無視し誤った取り扱いをすると、人がケガをする可能性や物的損害がおこる内容を示しています。
物的損害とは、家屋・家財および家畜・ペットに関わる拡大損害を示します。



この記号は禁止（してはいけないこと）を示します。具体的な禁止内容は、この記号のなかや近くに文章や絵図で示しています。
左図の場合は ” 一般的な禁止 ” を示します。



この記号は強制（必ず守ること）を示します。具体的な禁止内容は、この記号のなかや近くに文章や絵図で示しています。
左図の場合は ” 一般的な強制 ” を示します。



警告

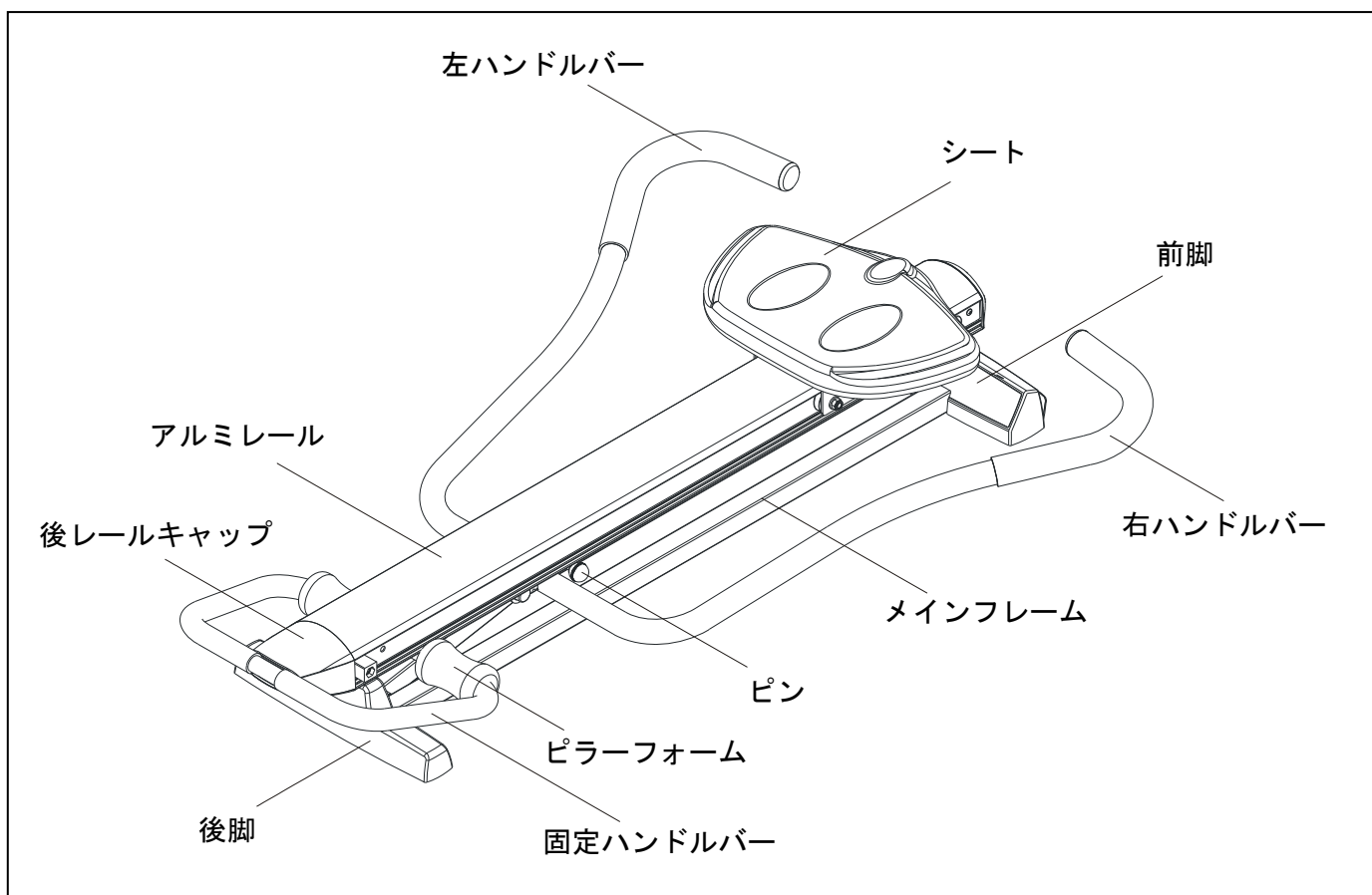
- 本製品は、健康な人を対象とした商品です。心臓病、高血圧症、糖尿病、呼吸器疾患、変形性関節症、リウマチ、痛風、妊娠中の方、その他病気や障害のある方、リハビリを目的とする方は、必ず医師と相談のうえご使用ください。自己判断は健康を害するおそれがあります。
- 運動中、身体に異常（めまい・冷や汗・吐き気・脈拍の乱れ・動悸など）を感じたときは、ただちに運動を中止してください。健康を害するおそれがあります。
- 使用中、また保管中本製品のまわりに乳幼児や児童、ペットを近づけないでください。思わぬ事故の原因になるおそれがあります。



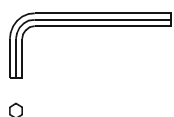
注意

- 本製品は、家庭用として設計した器具です。学校、スポーツジムなど不特定多数人数の使用はしないでください。
- 本製品は、使用者体重制限 115 kg 以下の器具です。

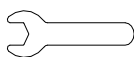
各部品の名称



付属の工具



六角レンチ (5 mm)



レンチ (10mm)



レンチ (13mm) * 2 本

組み立て部品

メインフレーム	ハンドルバー

組み立てる前に



注 意



- 組み立てる前に、部品がすべて揃っているか確認してください。
- 説明書の説明をよくお読みになり、順序に従って組み立ててください。組み立て手順を間違えますと組み立てられない場合があります。
- 組み立ての際は、十分なスペースを確保し広い場所で行ってください。床にキズをつけないよう必ずシートなどを敷いて作業してください。
- 組み立て作業は、パイプなどに指を挟まないようご注意ください。

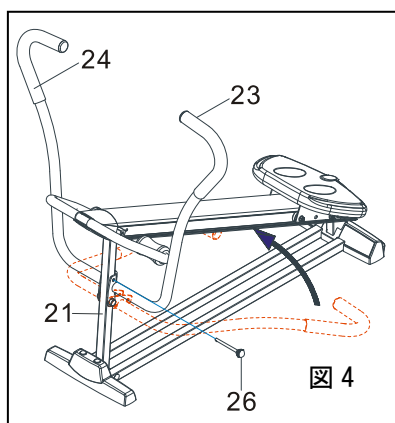
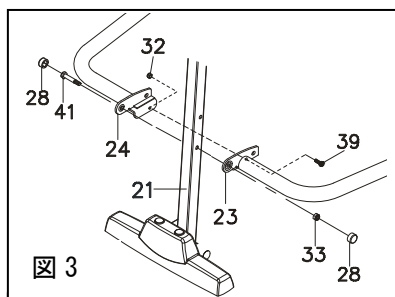
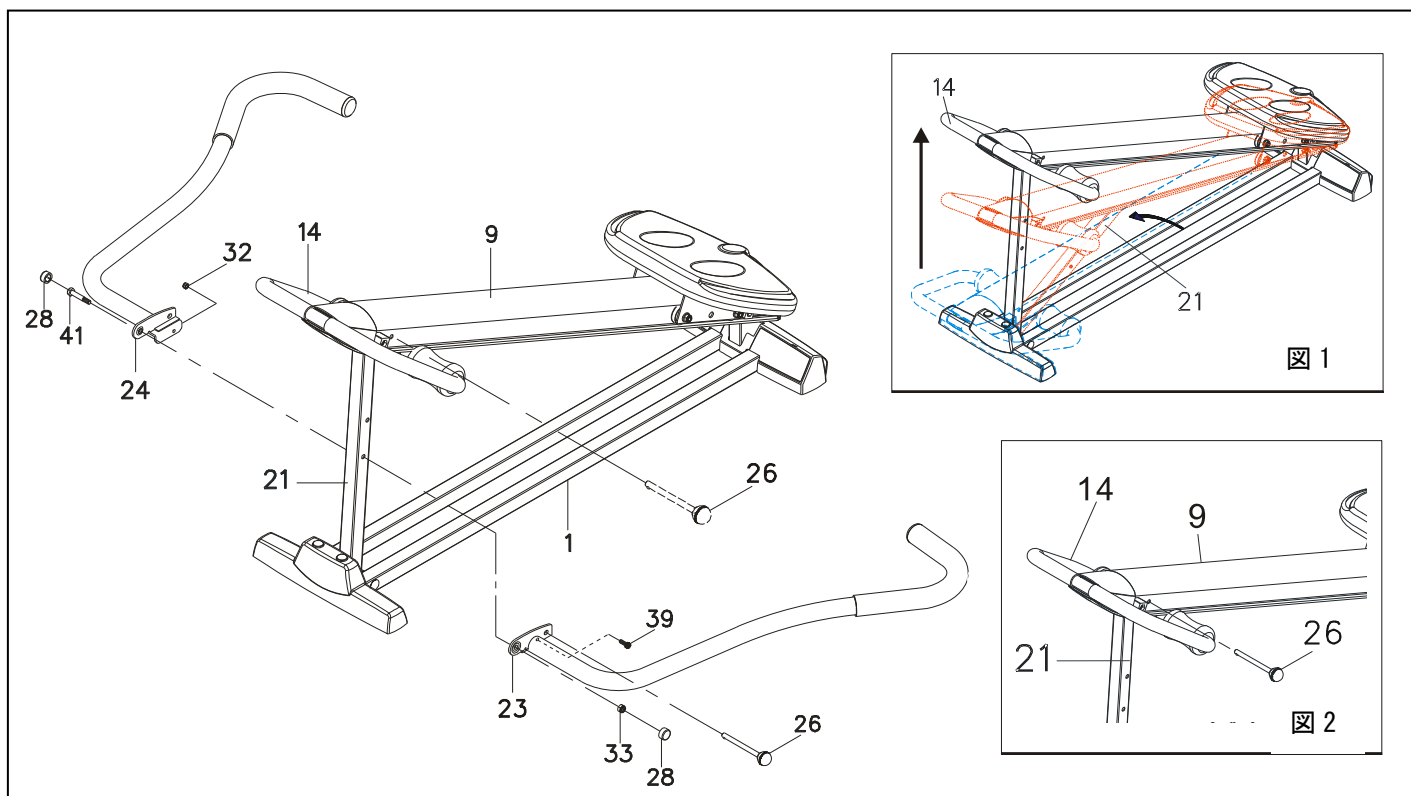


- 本製品は重量物であるため、無理な姿勢で持ち上げたり、支えたりしないでください。腰痛やケガをするおそれがあります。
- 工具の取り扱いには十分ご注意ください。
- 組み立ての際は、乳幼児を近づけないでください。部品を口にするなどして、思わぬ事故や障害を引き起こすおそれがあります。

下記の部品が揃っているか確認してください。

部品	部品番号と名称	数量
	26 ピン	1 本
	28 ナットキャップ	2 個
	32 ナット M6	1 個
	33 ナット M8	1 個
	39 ボルト M6x1.0x16mm	1 個
	41 ボルト M8x1.25x45mm	1 個

組み立て方法



- *ハンドルバー (14)を持ち上げ、支柱 (21)を立てます。
1. 図1のように固定ハンドルバー (14) を持ち上げ、支柱 (21) が垂直になるようにします。
 2. 図2のようにアルミレール (9)にピン (26) を差し込み支柱を (21) 固定します。
 3. 図3のように左右のハンドルバー (24、23) をボルト M8 (41) とナット M8 (33) でハンドルバーを支柱 21 に仮止めし、ボルト M6 (39) とナット M6 (32) でバーを固定します。
 4. ナット M8 (33) とボルト M8 (41) にナットキャップ (28) を付けます。
 5. アルミレール (9) からピン (26) を抜きます。
 6. 図4のようにハンドルバー (24、23) を立てた状態にしてピン (26) を支柱 (21) に差し込みます。ハンドルバーを下げます。

組み立てが終わったら、ご使用前に各ボルトやナットがきちんと締まっているか、工具を使い再度ご確認ください。

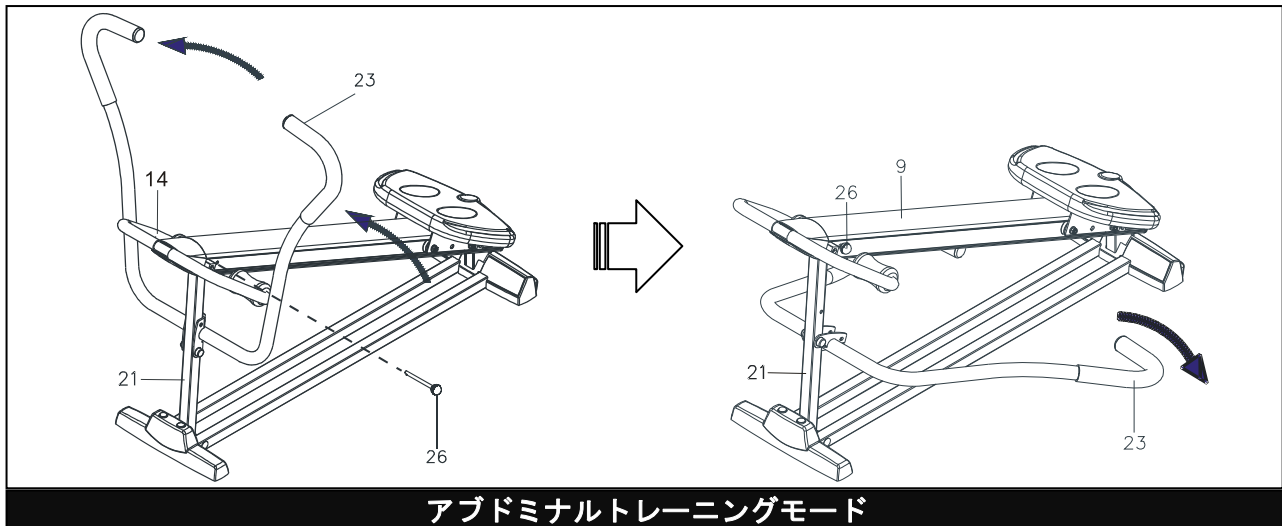
運動方法

：アブドミナルトレーニングモードとローワーモード

この製品は、ローワーモードとアブドミナルトレーニングモードができます。

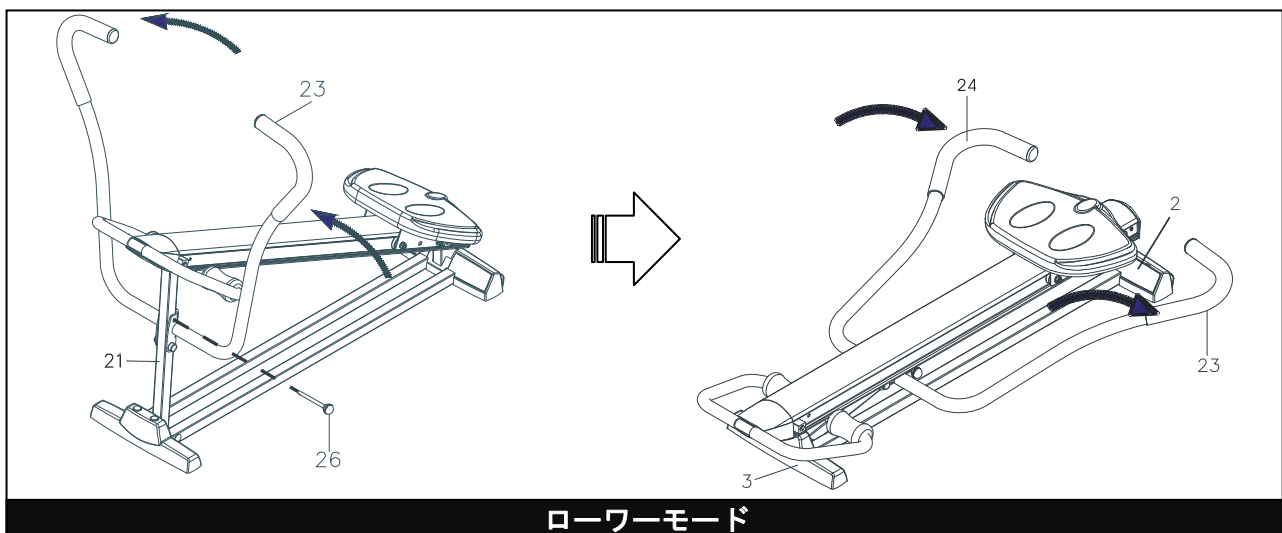
*アブドミナルトレーニングモード

1. ハンドルバー（23）を垂直に立てます。ハンドルバーの支点にあるピン（26）を支柱（21）から抜きます。
2. アルミレール（9）の穴にピン（26）を入れます。
3. ハンドルバー（23）を下に倒します。
4. シートにひざを置き、固定されたハンドルバー（14）を握ります。ひざでシートを上下にスライドさせアブドミナルトレーニングをします。



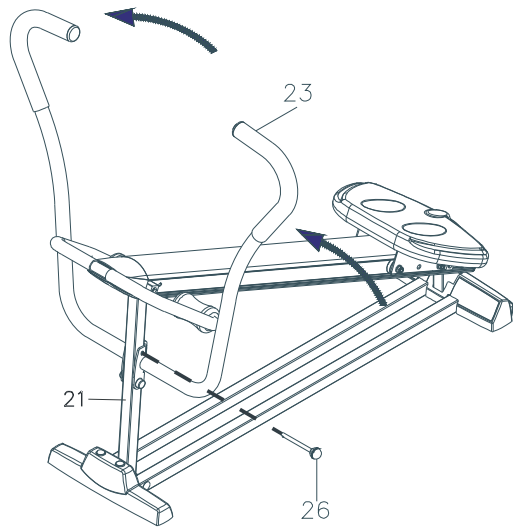
*ローワーモード

1. ハンドルバー（23）を垂直に立てます。
2. 支柱（21）の穴にピン（26）を入れます。
3. ハンドルバー（23）を下に倒します。
4. 前脚（2）に向かいシートに座ります。前脚（2）に足を置きます。ハンドルバー（23、24）を引きながら、シートをスライドさせ、足を伸ばしたり曲げたりします。

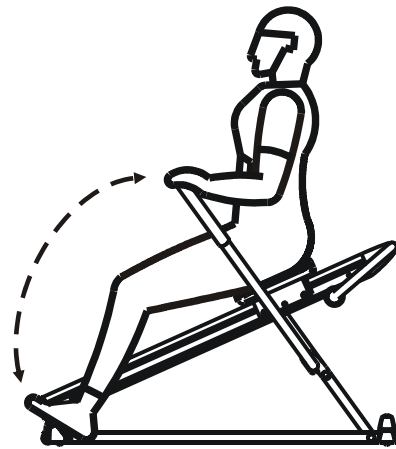


◆ 運動方法

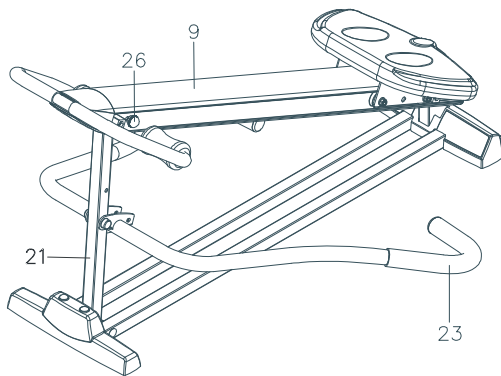
*支柱（21）にピン（26）が入っているときは、ローワーモードです。



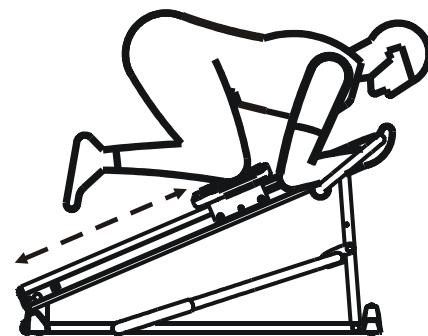
ローイング



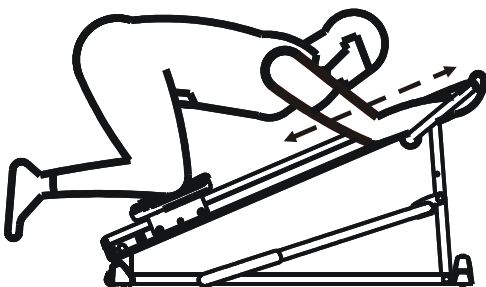
*アルミレール（9）にピン（26）が入っているときは、下図のようなエクササイズができます。



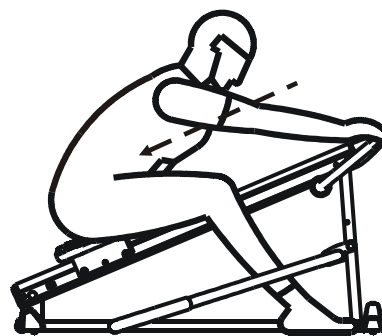
アブドミナル



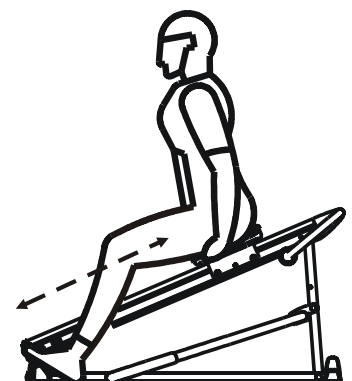
プルアップ



バックストレッチ



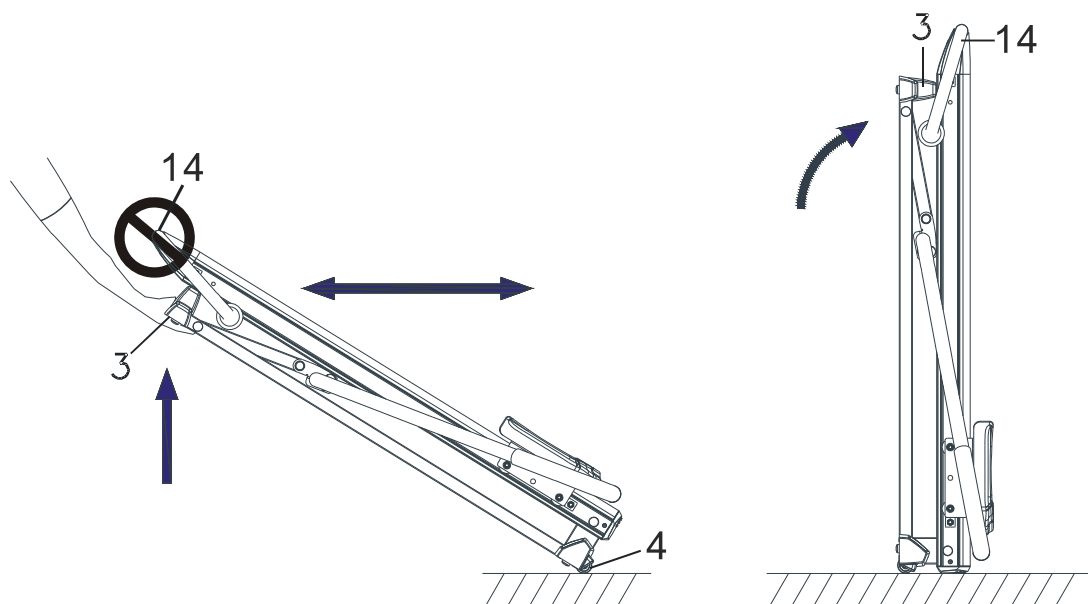
プルアップ



安全に製品を移動する方法

両手で後脚（3）を持ち、やや倒してキャスター（4）を転がしながら引きます。

⚠ 注意：ハンドルバー（14）は持たないでください。



保管時の注意

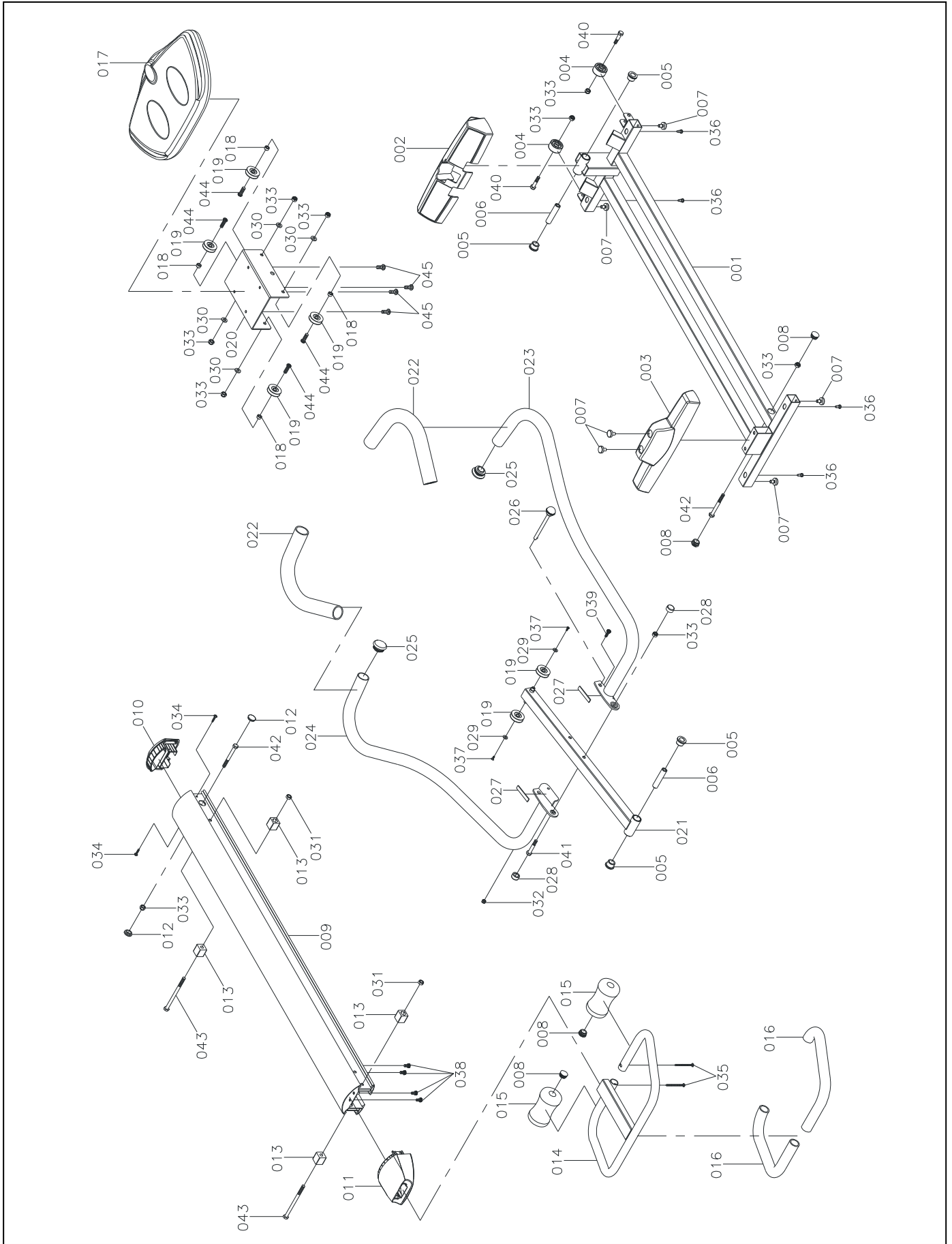
⚠：本製品を立て掛けて保管する際は、転倒防止のために、壁と家具の間に入れるなどして安定させた状態で保管してください。広い場所に立て掛けると転倒し思わぬ事故の原因になります。

⚠：本製品を使用しないときには、別の用途に使用したり、乳幼児を近づけないでください。思わぬ事故の原因になります。

⚠：保管の際は、水平でない不安定な床面には置かないでください。転倒などの恐れがあります。

⊘：火の近くや高温になる場所、日光が常に当たりつづける場所、雨や水のかかる場所、湿気の多い場所での放置、保管は行わないでください。故障・変形・カビ・サビ発生の原因となります。

展開図



保証規定（家庭用）

- 1.) 取扱説明書にしたがった正常な使用状態で、お買い上げ後2年以内に故障した場合には無償修理いたします。
- 2.) 無償修理期間内に故障して修理を受ける場合は、商品に本書を添えてご購入店または(株)中旺ヘルスへ依頼してください。
- 3.) 無償修理期間内でも次の場合には有償修理になります。
 - ① 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。
 - ② お買い上げ後の落下などによる故障および損傷。
 - ③ 火災、地震、水害、落雷、その他の天災地変、公害による故障および損害。
 - ④ 本書の提示がない場合。
 - ⑤ 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替えられた場合。
 - ⑥ 消耗品：（シート、ピラーフォーム、キャスト、レールキャップ、ナットキャップ、グリップラバー）
 - ⑦ 故障の原因が本製品以外に起因する場合。
 - ⑧ 船舶等に設置された場合に起因する故障および損傷。
 - ⑨ 会社・施設・業務用を使用した場合による故障および損傷。
 - ⑩ 使用体重制限である115kgを超えた方のご使用の場合。
- 4.) 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。
- 5.) 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償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お客様の法律上の権利を制限するものではありません。

品質保証書

このたびは、中旺ヘルス健康機器を、お買い求めいただきありがとうございました。
本機は厳重な検査を行い高品質を確保しております。しかし通常のご使用において万一、不具合が発生したときは、保証規定によりお買い上げ後、2年間は無償修理いたします。

※以下につきましては、必ず販売店にて、
記入捺印していただってください。

品名：ローイング・フィット® マルチ 家庭用

形式：RN-6360

ご芳名：

ご住所：

Tel. ()

お買い上げ店名：

住所：

Tel. ()

お買い上げ年月日： 年 月 日

※本機の保証は、日本国内での使用の場合に限ります。
This warranty is valid only in Japan.

お問い合わせ ・ ご相談は 052-501-2577

本社：〒452-0011 愛知県清須市西枇杷島町城並3丁目2-2

E-mail：hj@jp-chuoh.com

URL：www.jp-chuoh.com

東京営業所：TEL：(03)3835-4399

TEL：(052)501-2577

FAX：(052)501-2588

2016.10