

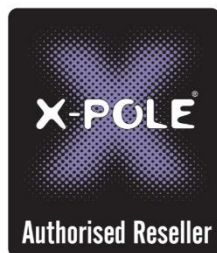
X-POLE[®]
LEADERS IN POLE & AERIAL FITNESS

取扱説明書

X-POLE[®]

X-Stage

Portable Exercise and Dance Stages



X-POLE 正規販売店
(c/o SANKI Shipping)

〒102-0072 東京都千代田区飯田橋 4-10-1-1001
www.facebook.com/xpolereseller
X-pole@sankikaiun.jp
Tel : 03-5225-6608

X-STAGE/X-STAGE LITE をお買い上げいただきありがとうございました。これらの製品は運搬性・扱いやすさ・高い安定性を実現するために設計されたポータブル・ステージポールの革命です。また世界初の折りたたみ式の円形ステージであり、スタティック(固定)とスピニング(回転)の二つのモードを標準で備えています。X-POLE 開発チームは X-STAGE の研究・設計・開発に多くの時間を費やしてまいりました。我々は X-STAGE が世界トップクラスのエクササイズとダンス用のステージポールとして認められたいと考えています。そして、もしそうならなければ、「なぜそうならないのか？」ということを理解したいと考えております。X-POLE はポジティブな批判や提案を歓迎しています！製品をよりよくするために、もし何かご意見やご提案がございましたら、ぜひご一報ください。(連絡先は裏表紙を参照)

ポールをお使いになる前に

ポールは誤った使い方をすると、ご本人だけではなくポール付近にいる人にも危険が及びます。ダンスポールの使用は必ず慎重に行い、ご使用前には責任をもってポールが正しくかつ安全に設置されているか確認してください。

ポールを使用したエクササイズは身体的な負荷が非常に大きく、今まで使ったことのない筋肉を使います。そのため、もしウォームアップが十分でなければ筋肉の損傷、張りや怪我を負うことがあります。X-POLE の使用前には必ずウォームアップを行い、また使用後にはクールダウンしてください。

X-STAGE を使用する前に、基礎的な動き・技を勉強するための適切な DVD を購入されることをお勧めします。インストラクターの指導なしにあなたの技量を超える難しい技に挑戦しないようにしてください。ポール使用中に気分が悪くなったり、筋肉痛を感じたり、息が切れた場合には、すぐに休憩を取ってください。技やエクササイズの間は適切に休憩を取り、もし健康問題が起きた場合は医者にご相談してください。

X-STAGE は一人で使用するよう設計されています。

それでは、X-STAGE を楽しんでください。

X-POLE チーム一同

服装等について

服装

服装については、肌の露出が多いもののほうが適しています。(シリコン製ポールを購入された場合は別です。)腕や足はできるだけ露出するようにしてください。ポールのエクササイズには肌との接触による摩擦が必要ですので、Tシャツやクロップドトップス等の短い丈のシャツとショートパンツの組み合わせがベストです。ただしあなたが快適に感じる事が重要ですので、グリップ不足のためにいくつかのポールの技がきちんとできないとしても、着用した時にリラックスできる服装(トレーニングウェアのボトム等)を心掛けてください。

靴

快適さが重要です。裸足(お勧めします)、ダンスシューズ、運動靴が使えますが、運動靴の場合は摩擦が大きいため、できるだけ靴底が滑らかなものを使ってください。

オイルやローション類

ポールを使用する前には、手や体にオイルやローション類は絶対に使用しないでください。これは非常に危険です。オイルはポールに付着して滑りやすくなり、グリップすることができなくなります。これはあなた自身やあなたの後にポールを使う人に重大な事故を起こす場合があります。

最重要項目 - 組立を始める前に必ずこの章を読んでください。

X-STAGE を最大限に楽しむため - 安全は常に最優先ですが - この取扱説明書を最初から最後まで読んでその指示に従うこと、そして何よりも理解することが非常に大切です！

X-POLE の X-STAGE を最大限に活用するために、このマニュアルの簡単かつ明確な指示に従ってください。

安全は常に最優先です。

X-STAGE の組立、設置、使用の前に何か疑問を感じた場合は、購入店に連絡するか、ウェブサイトの X-STAGE のページをご参照ください。(www.xpole.com - 最初にあなたの住む地域を選択してから X-STAGE のページを探してください。)

VERTICAL LEISURE LTD 社、X-POLE INTERNATIONAL 社、X-POLE US INC 社、それらの販売会社、販売担当者、その他関係者または関係会社は、本製品の使用中に発生した、資産に対する損害または使用者や第三者に対する傷害に対していかなる責任も負いかねます。

X-STAGE を梱包から取り出すこと、または本製品を使用することにより、上記の警告を承諾し、本製品の使用における使用者の責任を確認したとみなされます。

もし上記の条項を承諾されない場合は：

本製品の組立・設置・使用を行わないでください。

購入店に連絡し、返品と返金の手続きを行ってください。(輸送費はご負担いただく場合があります。) 製品は未使用かつ完全に梱包された状態で返品される必要があります。



注意：いかなるネジも本取扱説明書内で明確に指示されていない限り、決して緩めないでください。

X-STAGE をより早く組み立てる方法をお探しですか？

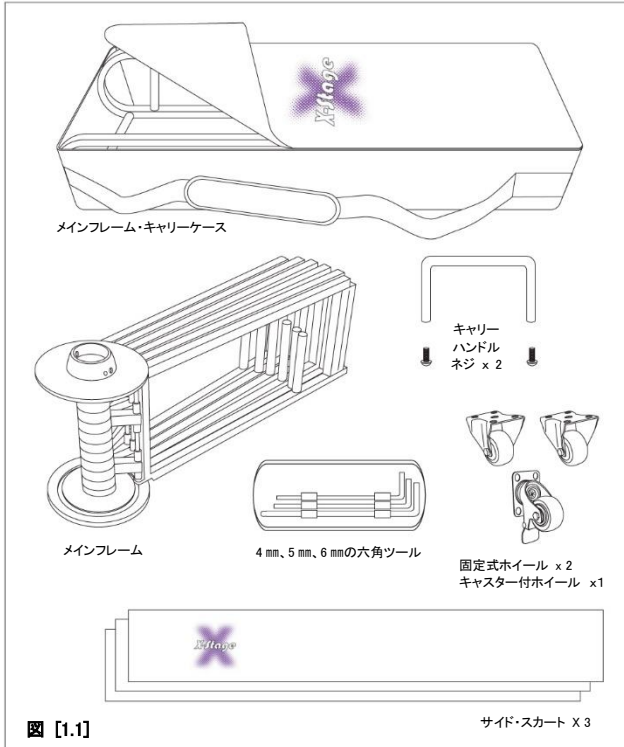
右の QR コードをスキャンして我々の YOUTUBE チャンネルで設置用ビデオをご覧ください。 - “X-STAGE Installation Video” を検索してください。



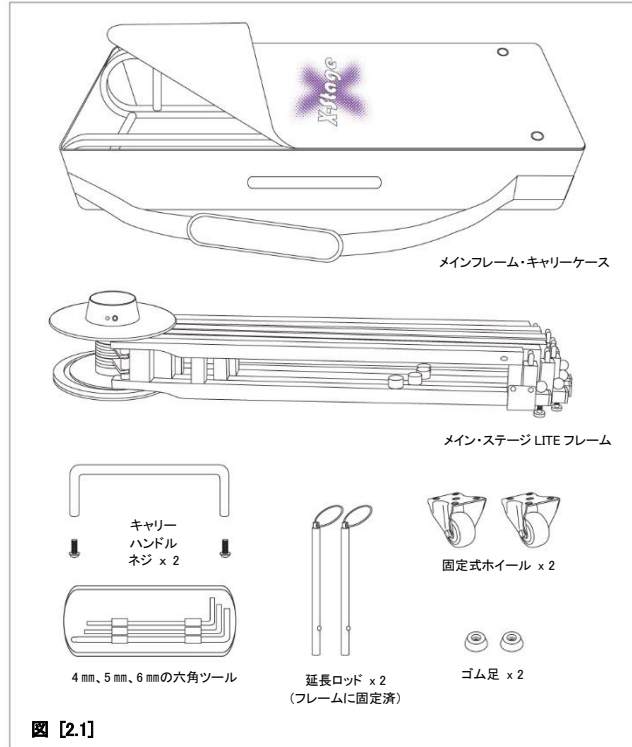


ヒント：事故による破損や紛失のリスクを減らすため、同梱部品は必要になるまではキャリーケースの中に保管することをお勧めします。X-STAGE/X-STAGE LITE には安全・保管・運搬のための多目的キャリーケースが付属しています。

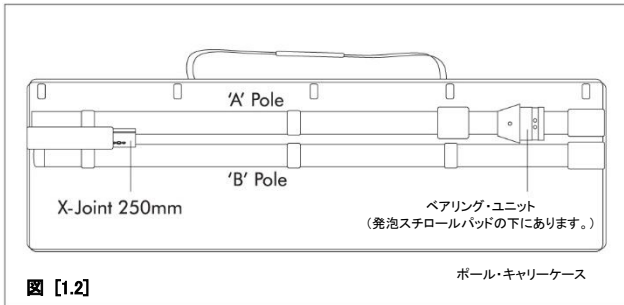
X-STAGE キャリーケース 1



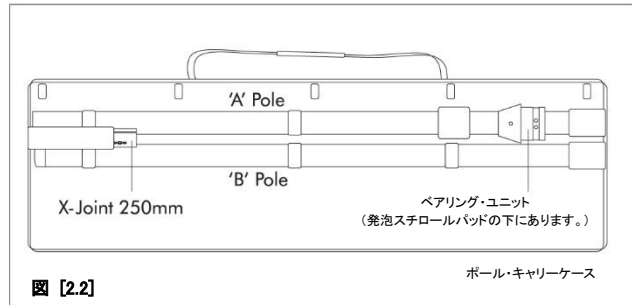
X-STAGE LITE キャリーケース 1



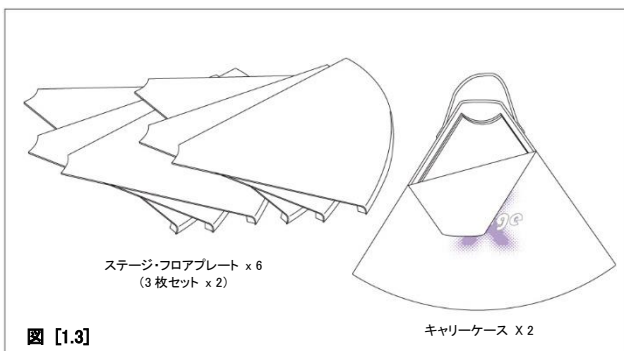
X-STAGE ケース 2



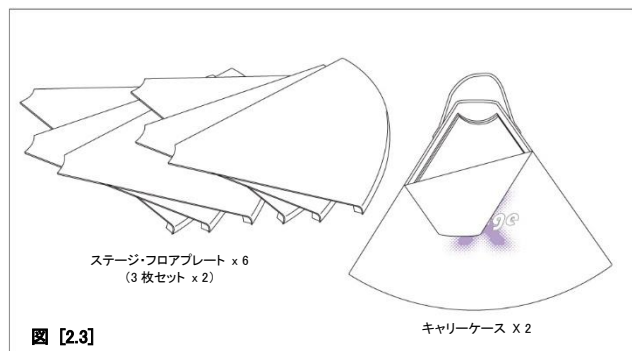
X-STAGE LITE ケース 2



X-STAGE ケース 3



X-STAGE LITE ケース 3



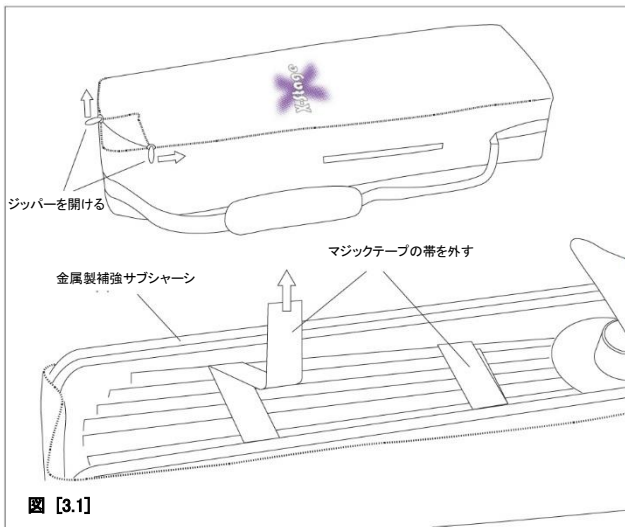


図 [3.1]

まず最初にメインフレームが入っているメインフレーム・キャリアケースのジッパーを開けてください。メインフレームはキャリアケースの中でマジックテープによって金属製サブシャーシに固定されています。そのほかキャリアケースの中にはサブシャーシ、ハンドル、ホイール、サイド・スカート (X-STAGE のみ)、ゴム足とプレートロッド (X-STAGE LITE のみ) とそれらを固定するための六角ネジと六角ツールとともに格納されています。

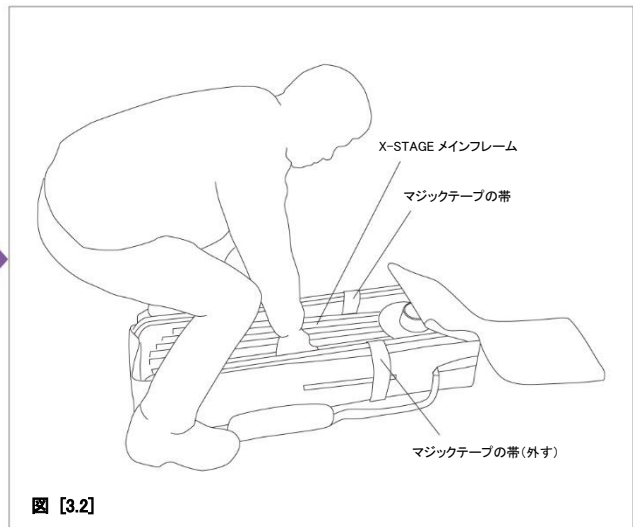


図 [3.2]

最初にメインフレームをサブシャーシに固定しているマジックテープを外してください。キャリアケースの両側に足を置いて、膝を軽く曲げて背中を真直ぐに保ってください。図に示すように両手をメインフレームの両側に置き、慎重に持ち上げてメインフレーム・キャリアケースから取り出し、とりあえずキャリアケースの左右どちらかに置いてください。



注意：メインフレームは X-STAGE/X-STAGE LITE の構成部品の中で最も重いものですので、取り出しましたは取り扱いの際には怪我をしないようにご注意ください。持ち上げる際には、必ず膝を軽く曲げ背中を真直ぐに保つようにしてください。



ヒント：マジックテープがどのように貼り付けられているか、メインフレームの周りのどちらの方向に巻かれているかは、梱包する際に必要になってきます。参考までに写真を撮っておいてください。メインフレームをキャリアケースに戻してサブシャーシに固定する手順は、取り出す手順の逆になります。

組立—キャリアケース・ハンドル

キャリアケースからメインフレームを取り出したら、3つの六角ツールのうち最小のもの (4 mm) を使って付属のネジでハンドルをキャリアケースのサブシャーシの一番上部に取り付けてください。

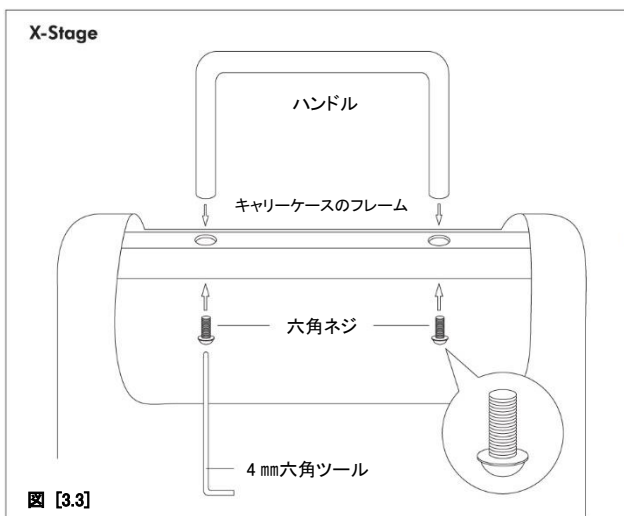


図 [3.3]

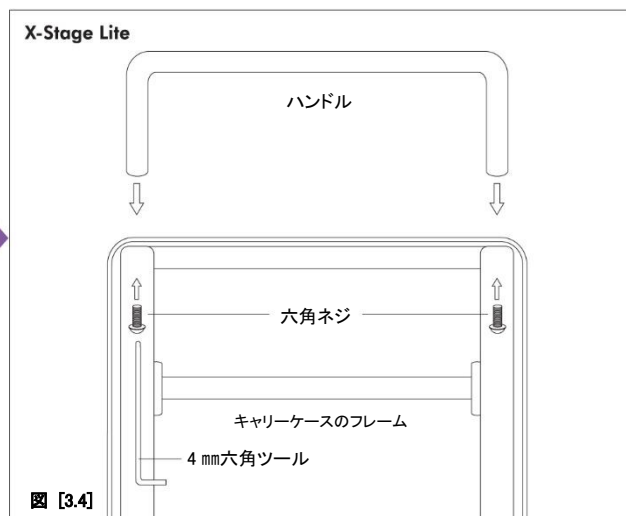


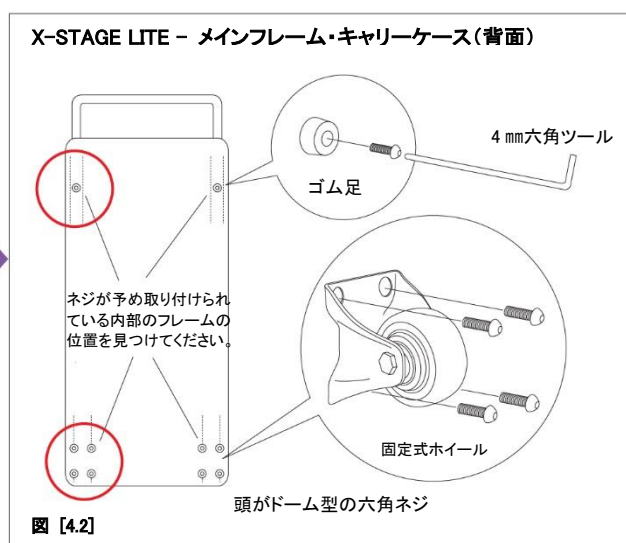
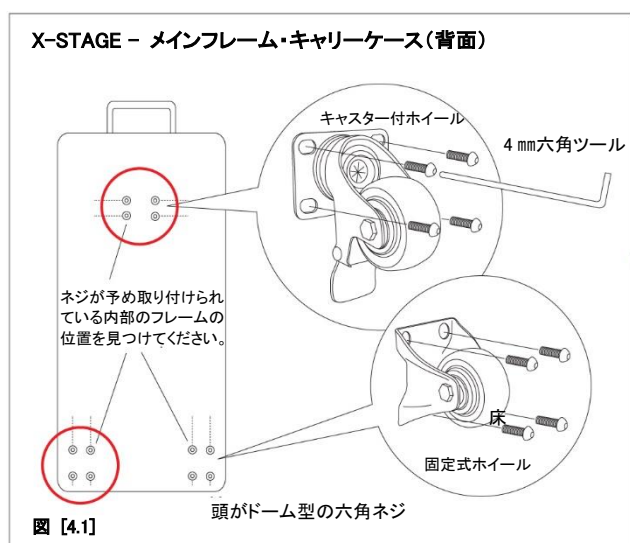
図 [3.4]

キャリーケースのサブシャーシの底部に予め取り付けられているネジの位置を確認してください。そこにホイールを取り付けます。4mmの六角ツールを使って、4個ずつの六角ネジ（取り付け済）でホイールを固定してください。ホイールには細長い溝穴があり、サブシャーシの上で位置を多少調整できるようになっています。両方のホイールが同じ高さになるように位置決めをしてから六角ネジを締めてください。



ヒント：ホイールを取り付けるもっとも簡単な方法としては、まず取り付けである一つのネジを外し、ホイールを一カ所だけ緩く取り付け（ネジを4~5回締める程度）、次に他のネジを取り外してからホイール全体を取り付けてください。

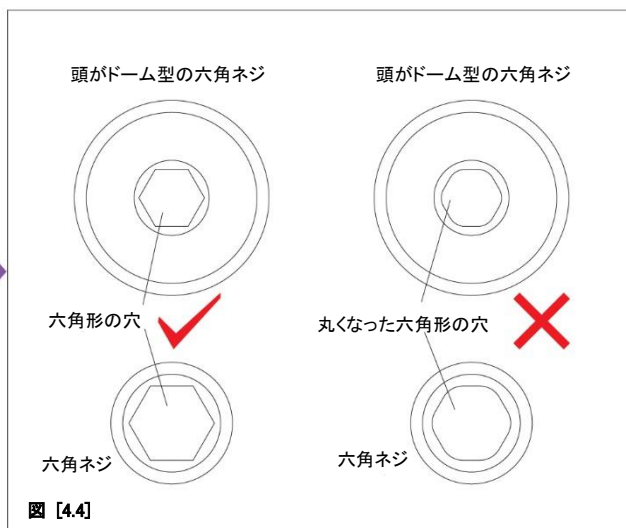
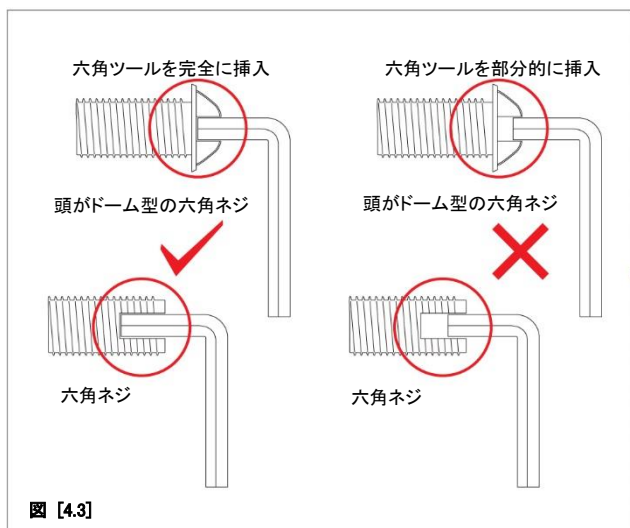
ゴム足を取り付けるには、キャリーケースのサブシャーシに予め取り付けられているネジの位置を確認してください。そこにゴム足を取り付けます。4mmの六角ツールを使って六角ネジを取り外し、ゴム足の位置決めをしてからそのネジでゴム足を固定してください。もしもゴム足（X-STAGE LITEのみ）の穴に薄いゴムの被膜があった場合は、取り付けの際に単純に六角ツールの丸い頭のほうで押し込んで穴をあけてください。



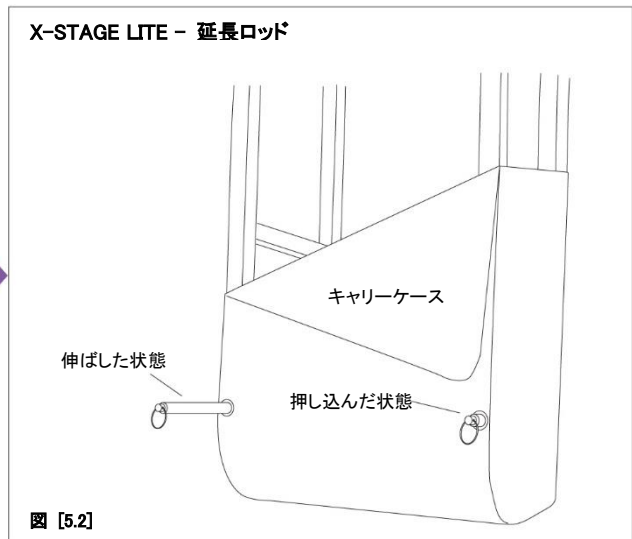
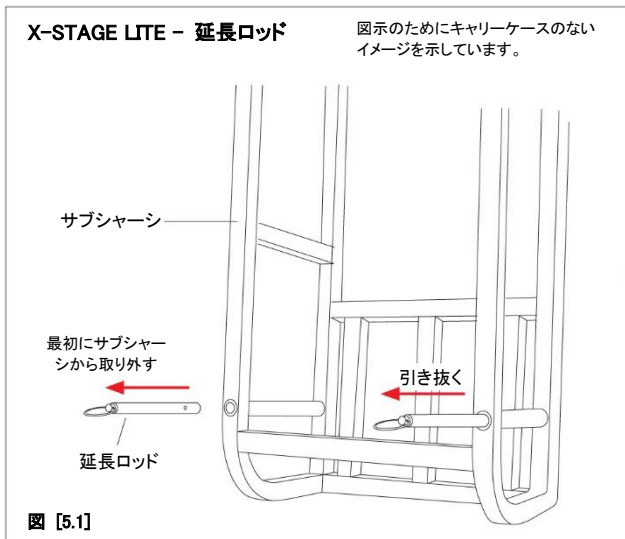
ネジの取り付け



注意：ネジを締め付け始める前に六角ツールが六角ネジに完全に挿入されていることを確認してください。（図 4.3）部分的に挿入した場合、ネジ穴を破損し（丸く摩耗し）（図 4.4）締め付けるのが困難になり、またさらに問題なのは緩めることが困難になります。もしもネジを破損してしまった場合は、必ず交換してください。スペア部品は主販売店またはご購入店から購入できます。




X-STAGE LITE のサブシャーシには2本の延長ロッドが付属していて、それにより運搬の際フロアプレートのキャリーケース2つをメインフレーム・キャリーケースの上に置くことができるようになっています。延長ロッドは押し込んだ際にスプリング式ボール型留め金によってサブシャーシに固定されます。出荷のため延長ロッドはケースカバーの中に予め取り付けてあります。延長ロッドを使用するには、サブシャーシから取り外してから再度取り付けなくてはなりません。そのためにはジッパーを開けてケースカバーを取り外し、ロッドのリングをつかんで引き抜きます。(図 5.1) 次にカバーを元に戻してジッパーを閉めてから、ケースにある輪を通してロッドを取り付けてください。(図 5.2)

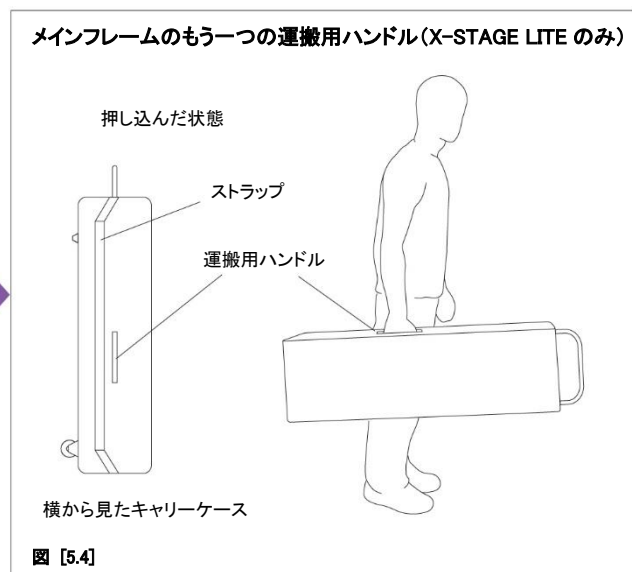


これによって一つもしくは両方のフロアプレート・キャリーケースを運ぶ際にはロッドを伸ばし(図 5.3)、必要が無い時はサブシャーシの中に押し込むことができるようになりました。

X-STAGE LITE のサブシャーシには(図 5.4)に示すようにキャリーケースの横側から持つことができるもう一つの運搬用ハンドルがついています。

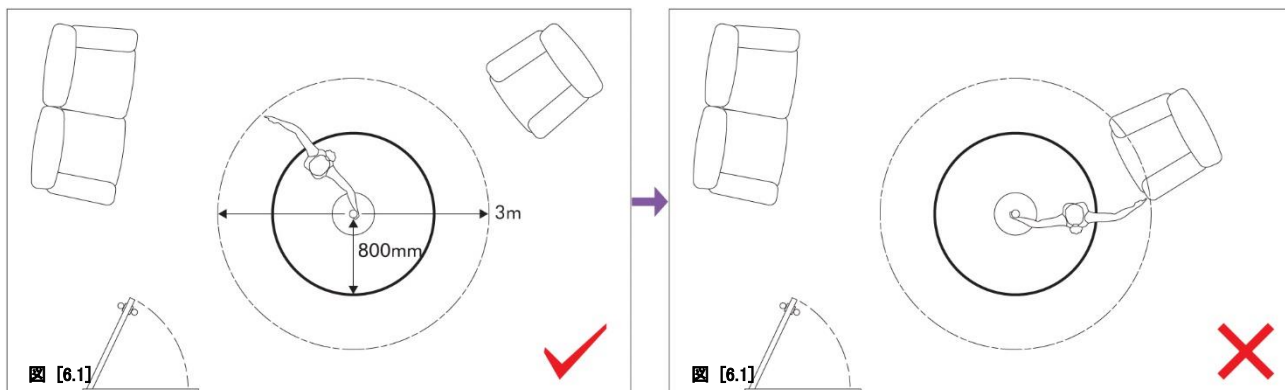
 **ヒント:フロアプレートを運搬しない場合は、常にこの横側のハンドルを使ってメインフレームを運ぶようにしてください。**

これでハンドル、ホイール、ゴム足のサブシャーシへの取り付けが完了し、運搬できるようになりました。



適切なエクササイズとダンスのエリアを探す

X-STAGE/X-STAGE LITE を正しく安全に使用するためには、腕を思い切り伸ばしてポールの周りを回転できなくてはなりません。そしてその際に何かに触ったり当たったりしてはいけません。(図 6.1) これにはステージの全周にわたってステージそのものの直径よりも広いエリアを必要とします。したがって、必要なエリアは最低でも直径 3m 以上になります。



ヒント：経験を積んだダンサーは、上記よりも狭いエリアでポールダンスの技を行うことができます。

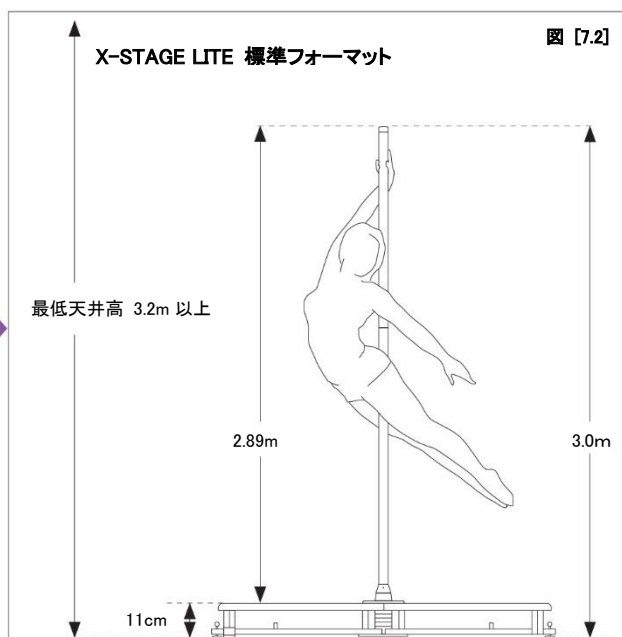
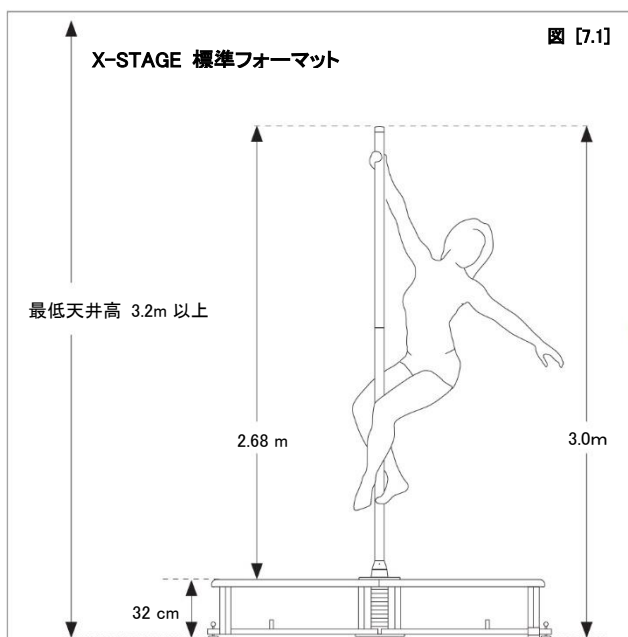
高さの計算—『標準フォーマット』

X-STAGE/X-STAGE LITE を組み立てる前に、『標準フォーマット』の範囲内にあるかどうかを確認するため設置したい場所の天井の高さを測ってください。

肝心な点は、実働可能な（使用可能な）最も高いポールの高さを知ることです。X-STAGE/X-STAGE LITE は全体で 3m の高さがあります。これを『標準フォーマット』と呼びます。ステージの上に立った時の使用可能な X-STAGE/X-STAGE LITE の高さはそれぞれ 2.68m/2.89m です。

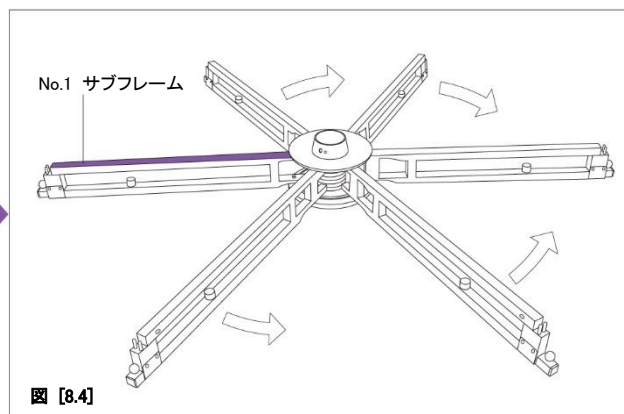
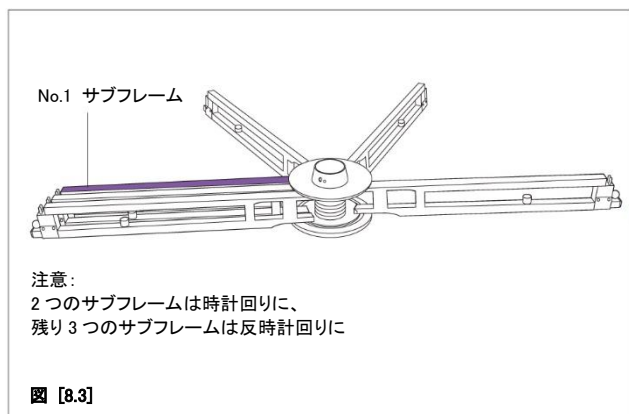
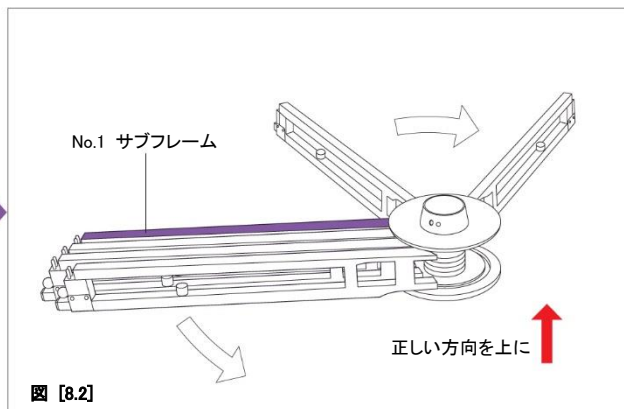
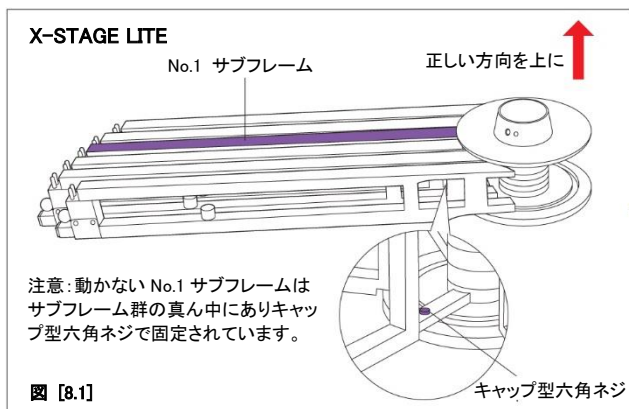
しかし B-Pole と A-Pole を接続するためには、X-Joint が突き出る長さとして、さらに 12.5cm の余裕が必要となります。したがって『標準フォーマット』の X-STAGE/X-STAGE LITE は全体で 3.2m 以上の天井の高さを必要とします。

もしも天井が低い場合、付属の B-Pole の代わりに、より短い延長ポールを購入してください。



メインフレームの組立

メインフレームは6個のサブフレームで構成されていて、星形に扇のように広がります。メインフレームをダンス/エクササイズのエリアの中心に置いて、フレームが正しい方向を上になっているかを確認してください。(図 8.1) 動かないように上下をネジでプレートに固定されている No.1 サブフレームを見つけてください。(図 8.1) ベースを星形に広げる際に、床を引きずらないように各サブフレームを持ち上げてください。(図 8.2)

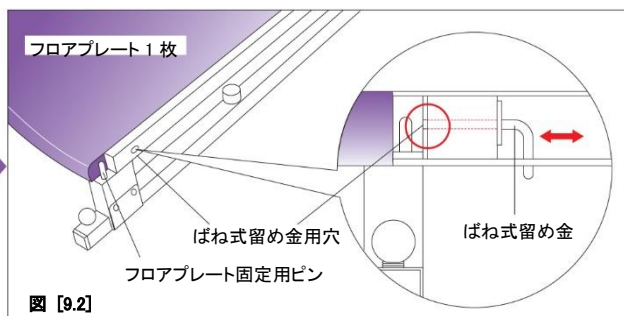
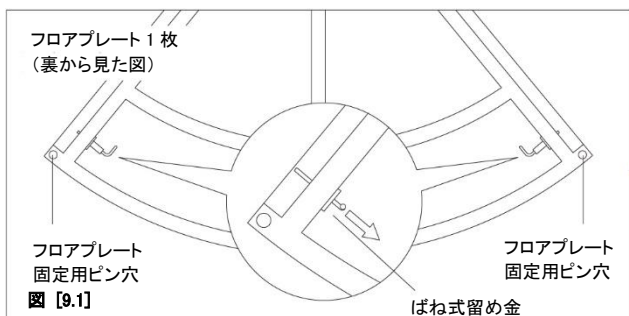


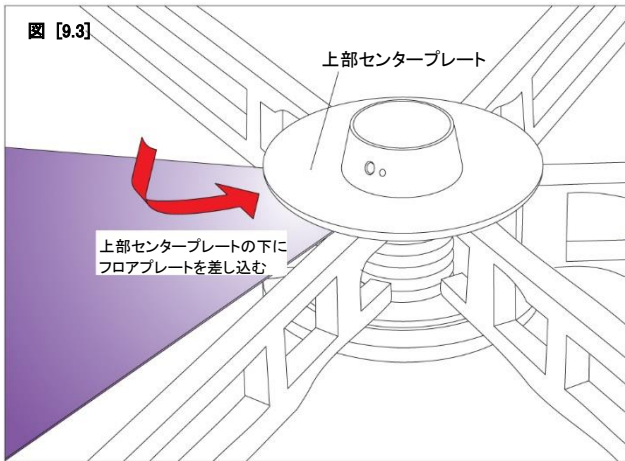
ヒント: No.1 サブフレームを起点として他のサブフレームを広げる方向は、時計回りでも反時計回りでもどちらでも構いません。ただし、片づけるときには動くサブフレームは常に No.1 サブフレームに向かってたたんでください。

フロアプレートの設置

注意: フロアプレートをメインフレームに取り付ける前には、すべての梱包材を取り除いてください。

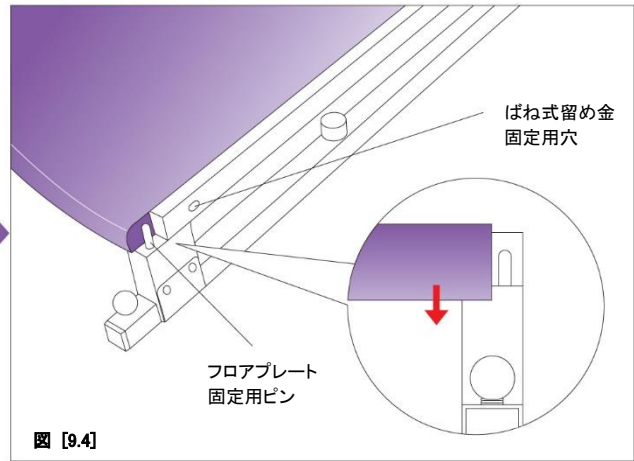
フロアプレートをよく見ると、裏側の横、外周の両角にばね式留め金が2つあるのが見えます。メインフレームにフロアプレートを取り付ける前に、ばね式留め金がどう動くか(図 9.1)をテストしてみてください。ステージプレートを裏向けに置き、ピンアームを垂直になるまで回転させるとピンは外側に動くようになります。ばね式留め金にはすべてばねがついていますので、(90度回して)放した時にはピンがフロアプレートの端から飛び出し、再度引っ張るまでは飛び出したままになっています。これはばね式留め金在使用过程中に何かの拍子に引っこんでフロアプレートが外れないようにするための安全対策です。ばね式留め金はフロアプレート固定用ピン穴(図 9.2)に挿入します。これにより各フロアプレートがメインフレームに固定されるように設計されています。





このイラストでは、反時計回りに取り付けていきますが、好みによって時計回りに組み付けてもかまいません。しかし、必ず No.1 サブフレームから始め、同じ方向に取り付け続けなければなりません。

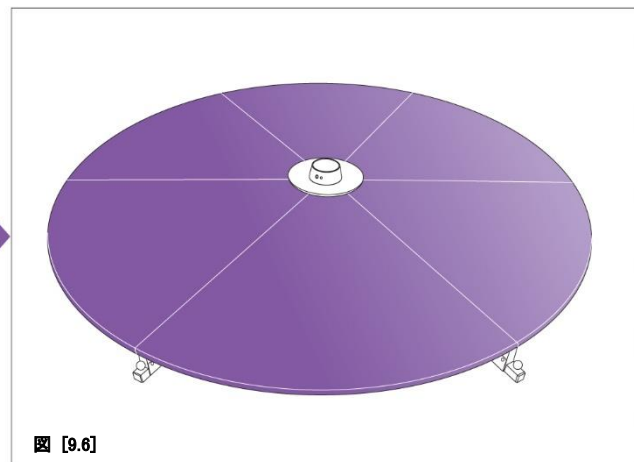
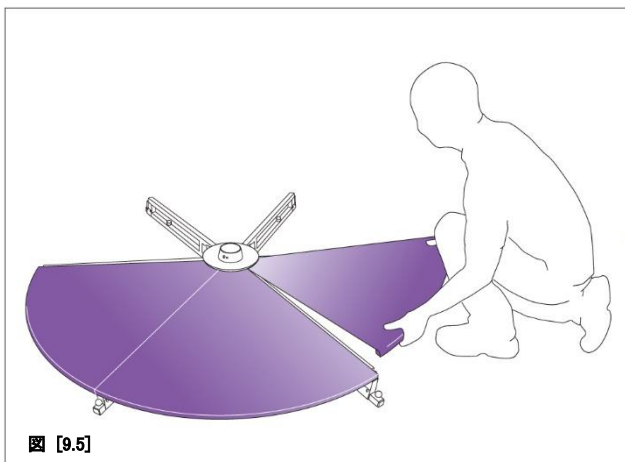
フロアプレートを取り付けるには、左端を No.1 サブフレーム（六角ネジでベースプレートに固定されているフレーム）に乗せるようにしてメインステージに向かって扇型の中心部を置いてください。次に扇型の中心部を上部センタープレートの下に差し込んでください（図 9.3）



ばね式留め金を指で引っ張りながら、フロアプレートの外側の端をサブフレームのピンに合うように置きます。ピンがフロアプレートの穴に挿入されていることを確認してください。ピンがうまく合わない場合はサブフレームがプレートの端に対してしっかりと押し付けられていて平行になっているか確認してください。そのうえで、ばね式留め金で固定してください。

次にもう一つのサブフレームのピンがフロアプレートのピン穴と合うように位置を決め、フロアプレートを下してセットしばね式留め金で固定します。

最初の2～3枚のフロアプレートの取り付けの際は（ばね式留め金のピンがうまく合うように）フロアプレートの端の上に立つ必要があるかもしれません。



次のプレートに取りかかる前に、一枚一枚がばね式留め金で固定されていることを確認しながら、同じように残りのフロアプレートを取り付けてください。プレートを取り付けても完全にフィットしない場合は、フロアプレートの端に立って圧力をかけてください。プレートが固定されているかどうかをチェックするには、プレートを持ち上げて外そうとしてみてください。もし正しく取り付けられていたら外れません。

これでメインフレームの組立が完成しました。

フロアプレートの取り外しは組立工程の逆です。フロアプレートを取り外す際にはばね式留め金を引くことを忘れないでください。

注意：フロアプレートは一つ一つが非常に重いため、降ろす際には特に注意をして、またその際に体を傷めないように適切な手順通りに行ってください。取り付けの際には背中を真直ぐに保ち、常に膝を軽く曲げるようにしてください。

ヒント：輸送の際にフロアプレートを保護するために、梱包材はすべてフロアプレート・キャリーケースの中に保管してください。

ポールは A-Pole と A-Pole に差し込まれているベアリングユニット、B-Pole、X-Joint の 4 つの部品で構成されます。(図 10.1) A-Pole と B-Pole は X-Joint を使ってつなげます。

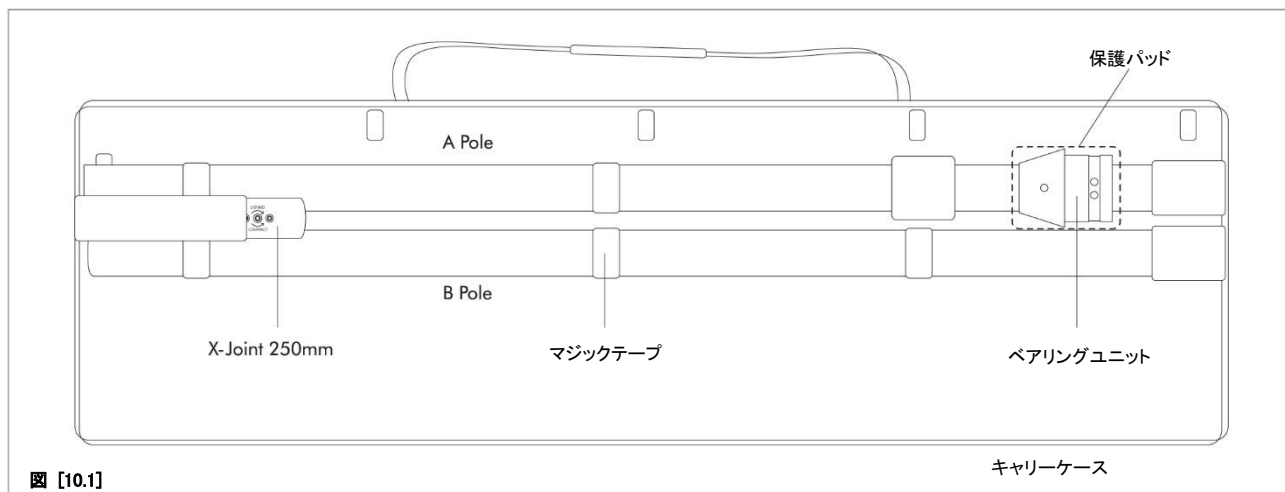


図 [10.1]

ベアリングユニットは細心の注意で取り扱い、落としたりぶついたりしないように適切な手順を踏んでください。ベアリングユニットをそのままの位置で持ち、ポールから滑り落ちないように注意して、保護しているベルトを外してください。ポールを組み立てたり取り外したりする際に役に立ちますので、ベアリングユニットの動きを理解することが大切です。

ベアリングユニットは M8 の六角ネジ 3 個が付いた上部の傾斜部分 (円錐部) とベアリングユニットをメインフレームに取り付けるための溝が付いた下部の円筒形の部分 (ベアリング本体) のふたつの部分からできています。



図 [10.2]

円錐部はポールを支え、M8 の六角ネジ 3 個で A-Pole に固定されます。これらの六角ネジはメインフレームの組立でポールの位置を調整するために使います。

下部の円筒形のベアリング本体は、ステージの上部センタープレートの上にあるベアリング保持部に差し込みやはりポールを支えます。この部分には 2 個の M10 六角ネジがあり、X-STAGE/X-STAGE LITE のスタティック (固定) /スピニング (回転) のモードの切り替えを行います。これらの 2 個の六角ネジを締めるとスタティックモード (固定) になり、緩めるとスピニング (回転) モードになります。

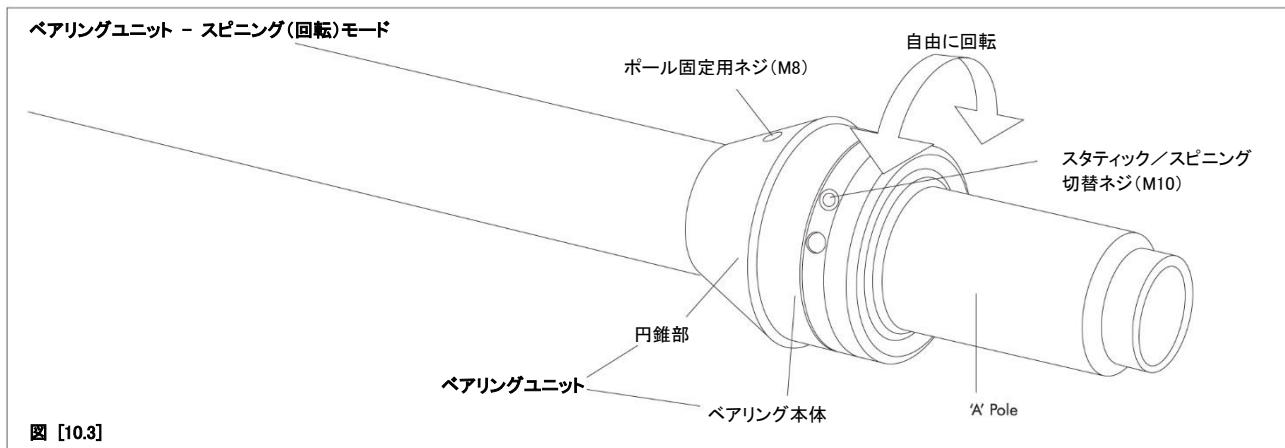


図 [10.3]

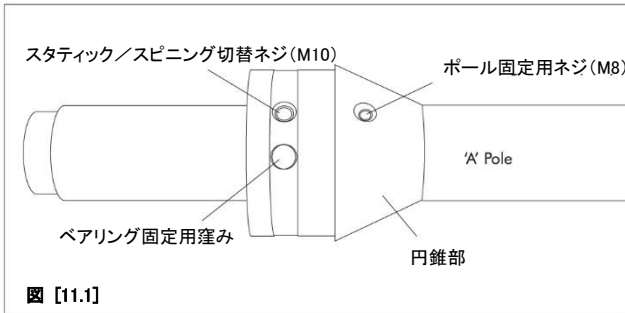


図 [11.1]

ステージポールセットを開梱した時に、ステージベースに挿入する A-Pole には予めベアリングユニットが取り付けられています。(図 11.1) ただし、正しい位置に固定されてはいません。ベアリングユニットを固定している弾力性のあるゴムバンドを取り除いてください。注意：もしもゴムバンドが既に外れている場合、取り付けの際にはベアリングユニットが動くので注意をしてください。

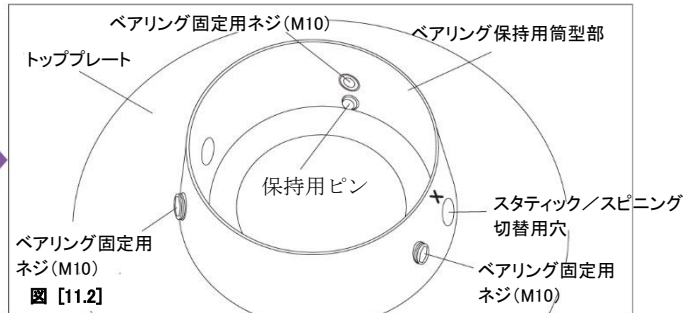


図 [11.2]

次にトッププレートのベアリング保持用筒型部の内部を見ると、ピンが突き出ているのが見えます。一方ポールに取り付けられたベアリングユニットを見ると溝が見えます。ベアリング保持部のピンをベアリングユニットの溝にはめ込みます。(図 11.2)

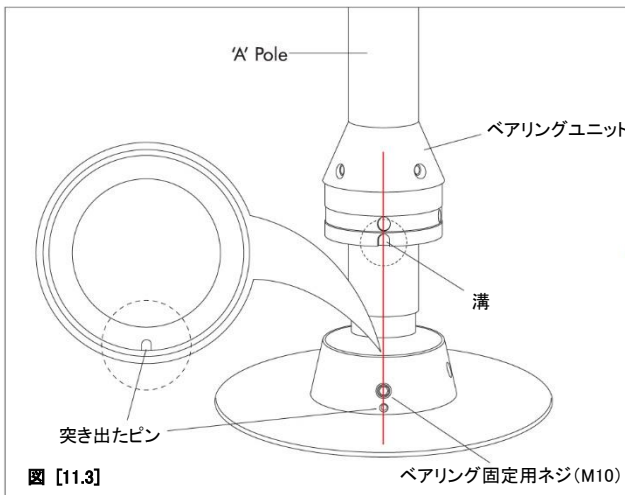


図 [11.3]

ベアリングユニットを手で持ってポールから滑り落ちないように注意しながら A-Pole をステージベースに挿入し、メインフレーム・ベースの底のベアリングにポールの底部がしっかりと接地していることを確認してください。

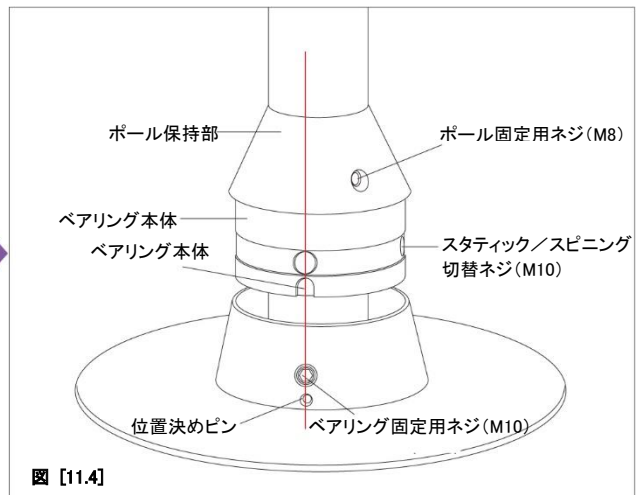


図 [11.4]

A-Pole とベアリングユニットをメインフレームに挿入する際、メインフレームの下部にあるベアリングに正しく固定されるようにできるだけ真直ぐ垂直にしてください。ベアリングユニットを、溝が突き出したピンに合うようポールに沿って滑らして降ろしてください。

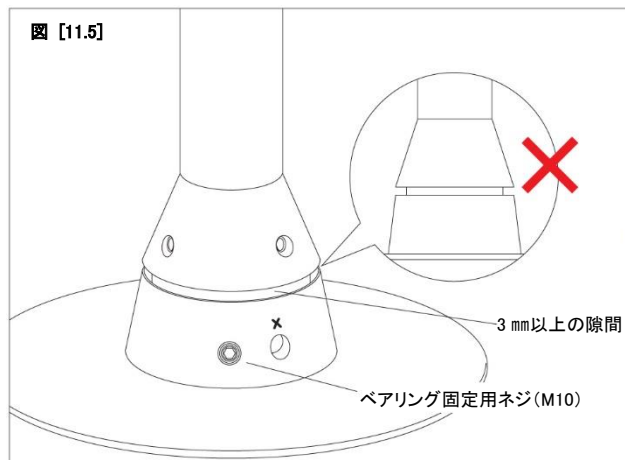


図 [11.5]

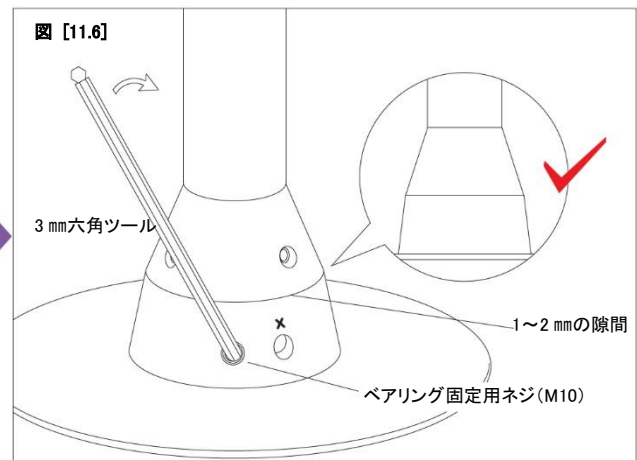
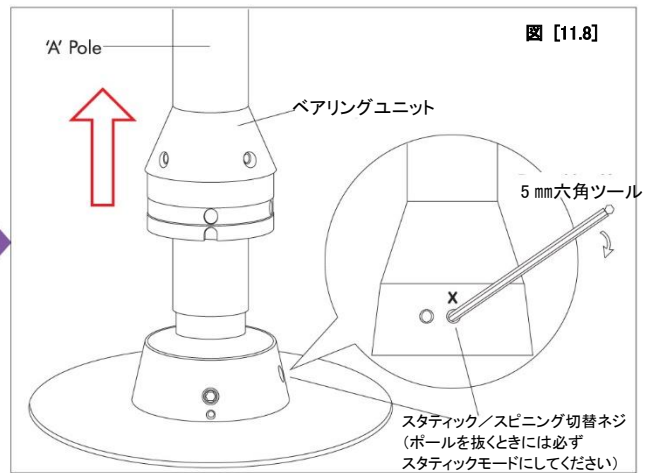
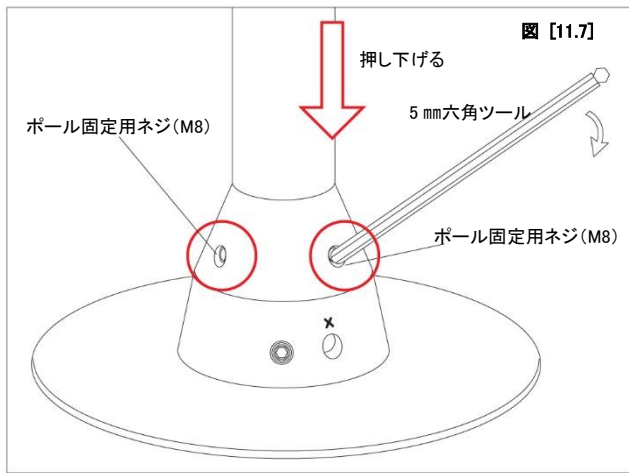


図 [11.6]

ベアリングユニットがしっかりと接地していることを確認し (図 11.6)、ベアリング固定用ネジ (M10 x 3 個) を (5 mmの六角ツールを使って) 固く締め、ベアリングユニットがベアリング保持部に固定されていることを確認してください。ネジは徐々に締め付けてください。最初は各ネジを軽く締め、次に 3 個すべてのネジを再度締めてください。(スペアのネジはお近くの X-Pole 代理店から購入できます。)



次にポールを下に強く押し下げ、メインフレームのベアリングにしっかりと接地していることを確認してください。4mmの六角ツールを使ってポール固定用六角ネジ (M8) 3個を締めて、ポール保持部の正しい位置に A-Pole を固定してください。

重要：分解する際にはベアリングユニット全体を A-Pole に取り付けたままにしてください。取り外す前に 2 個のスタティック/スピニング切替ネジを締め、ポールをスタティック (固定) モードにすることが非常に重要です。もしスピニングモードのままであれば、ポールは抜けません。



ヒント：毎回使用前にネジが締まっていることを確認してください。

X-JOINT について知ろう

X-STAGE は X-Joint という最新のポール接続技術を備えています。X-Joint は簡単で使いやすく、非常に堅固で安定しています。以下の簡単な取扱指示に従い、接合部が正しくロックされていることを確認してください。

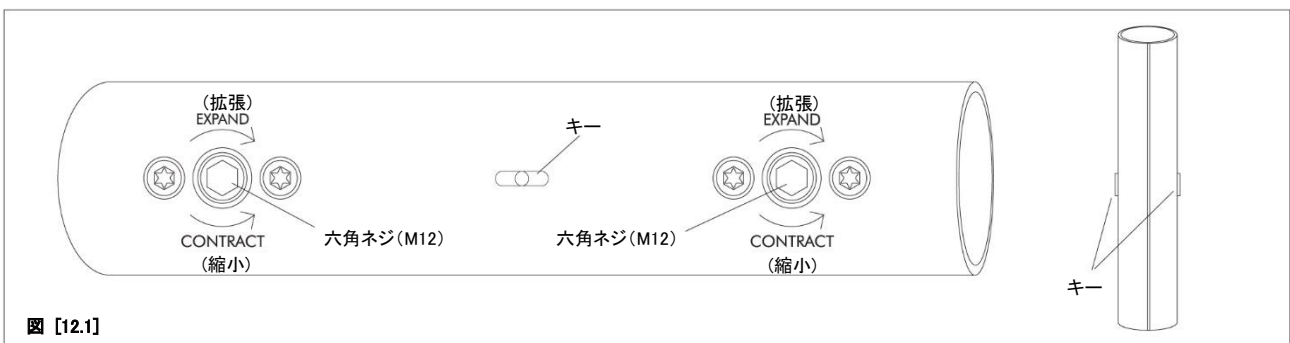


図 [12.1]

X-Joint は拡張することによってポール管同士を固定します。X-Joint を拡張するには、ポール管の穴を通して六角ツールを六角ネジに差し込み、時計回りに回します。

X-Joint の管の上に六角ツールを回す方向が刻印されています。時計回りに回すと拡張し締め付け、反時計回りに回すと縮小し緩みます。X-Joint をポール管に差し込むと、これらの刻印は隠れて見えなくなるので、六角ツールを回す方向を覚えることは非常に大切です。

X-Joint の両側中央にはキーがあります。これらのキーはポール管の端にある U 字型のキー溝に差し込みます。これらのキー溝はキーに合わさなければなりません。これらのキーはポール管が回るのを防ぎます。

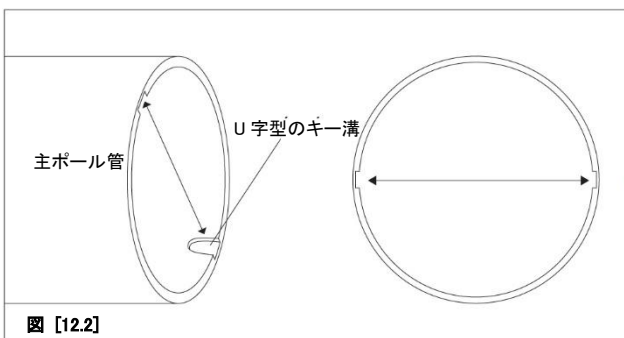


図 [12.2]

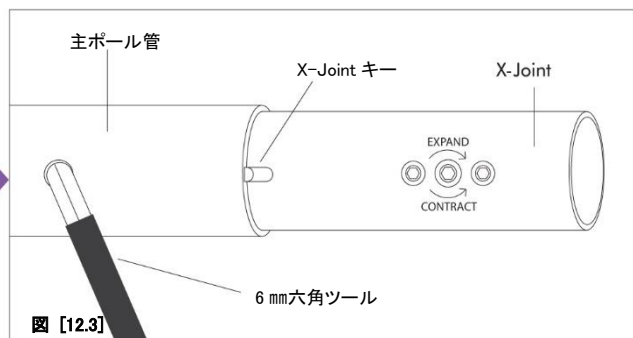


図 [12.3]

A-Pole の上端にはポール管の外側に一つの穴と内側に2つの U 字型キー溝があります。X-Joint を取り付けるには、2つのキーがポール管の内側の U 字型キー溝に完全に合うように、A-Pole に半分差し込みます。X-Joint を差し込む際には、X-joint の表面の大きな固定用六角ネジがポール管の六角ツール用の穴と同じ方向にあることを確認してください。同じ方向にないと六角ツールを差し込むことができません。この時点では拡張しないで（締めないで）ください。

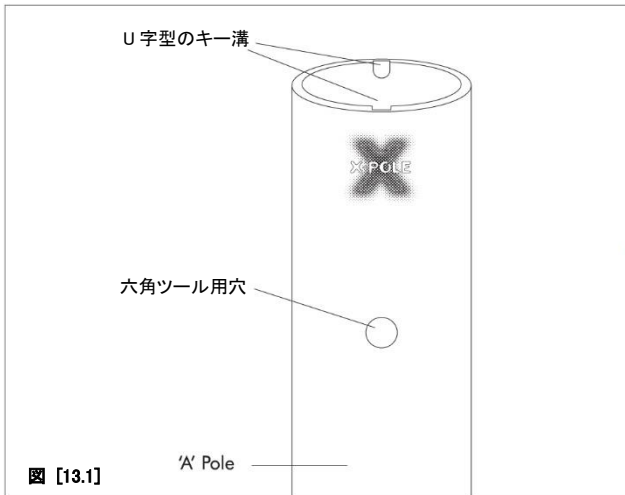


図 [13.1]

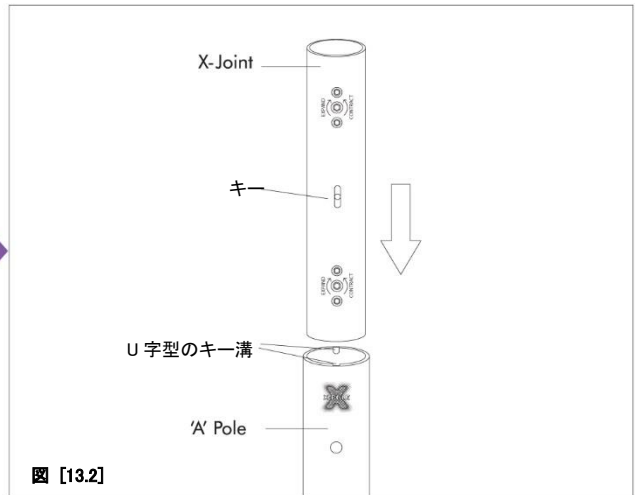


図 [13.2]

次に B-Pole を X-Joint に差し込み、A-Pole と B-Pole がお互いに突き当たっているかチェックしてください。B-Pole の穴が X-Joint の六角ネジと同じ方向にあるよう注意してください。正しく取り付けられたら A-Pole と B-Pole の境目は滑らかにつながっているはずです。ポールがつながったら、X-Joint を締め始めます。X-Joint が十分に拡張して2つのポールをしっかりと固定するまで、A-Pole と B-Pole の六角ネジを交互に半回転ずつ締めてください。

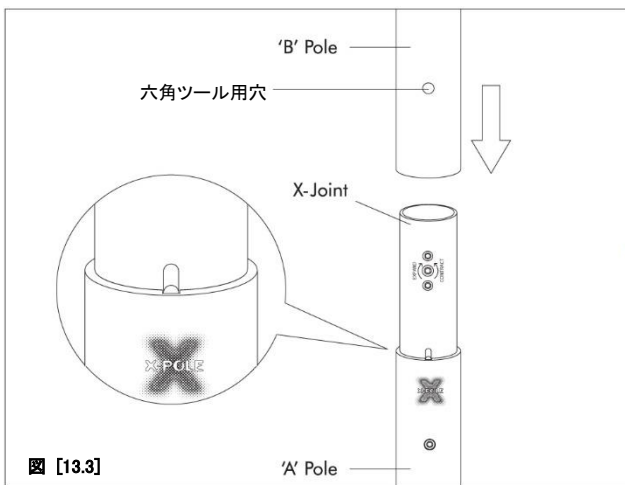


図 [13.3]

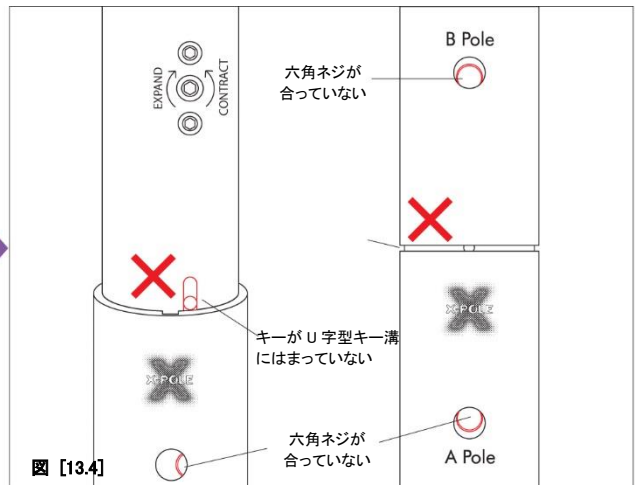


図 [13.4]

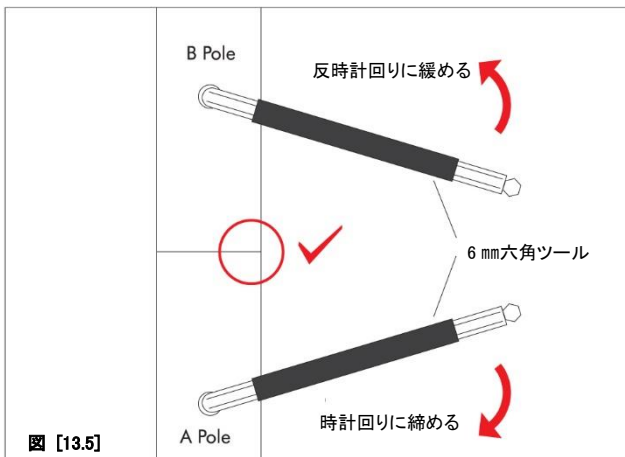


図 [13.5]

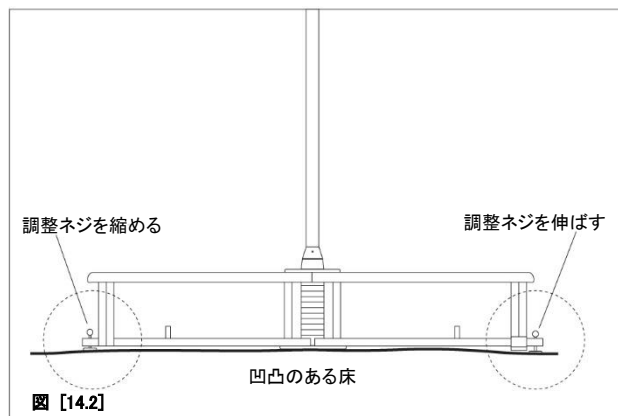
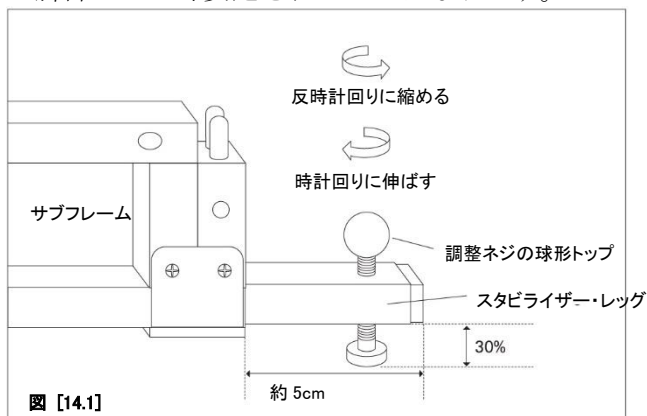
六角ネジは X-Joint が均等に拡張するように、交互に徐々に締めることが大切です。均等に拡張させなければ一方の端が完全に拡張しないままとなりポール管が正しく固定されません。

X-Joint を取り外すには両方の六角ネジを反時計回りに回してください。六角ネジが自由に動くようになるまで緩めてから X-Joint を取り外してください。

メインステージ - フロアの高さ調整ネジ

6つのサブフレームの先端にはそれぞれ球形トップのついた調整ネジがついています。調整ネジを時計回りに回すと伸び、反時計回りに回すと縮みます。調整ネジにはシリコン製パッドがついていて、床の表面を滑るのを防ぎます。

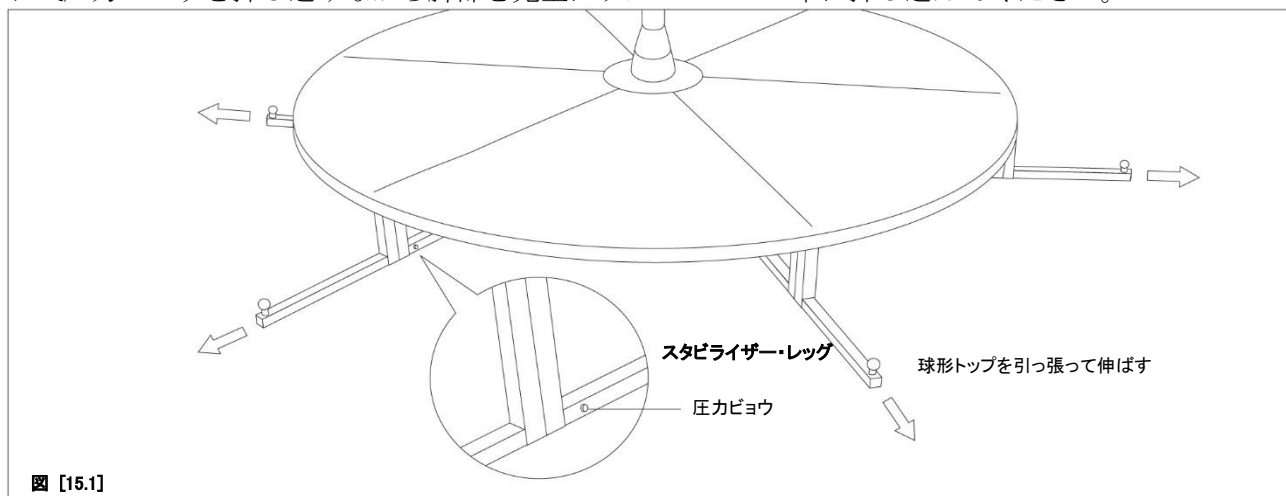
調整ネジは凹凸のある床の上で X-STAGE を水平に保って地面との圧力を維持することによりボールのがたつきを少なくします。X-STAGE のがたつきを最小にするため、フロアの高さ調整ネジをいつも使用するよう強く推奨いたします。ポールを組み立て終わったら、各サブフレームを少し持ち上げ、調整ネジの球形トップを回しやすいうように延長脚部を 5cm 引っ張り出してください。調整ネジは約 30% 伸ばしてください。(図 14.1) この作業を6つのサブフレーム全部に行ってください。いくつかの方向からポールに圧力をかけ、動くかどうかを見て下さい。もしステージの一方が持ち上がったら、その部分の調整ネジをさらに伸ばしてください。がたつきが最小になり、ステージ全体が水平になったと感じられたら、すべての脚部が正しく安定されたこととなります。



メインステージ - スタビライザー・レッグ (X-STAGE/X-STAGE LITE)

スタビライザー・レッグを引き出すには、ステージのサブフレームを少し持ち上げて調整ネジの球形トップを引っ張ってください。スタビライザー・レッグはサブフレームの中から引き出します。脚部のばね式圧力ビョウがサブフレームの終端近くの穴から飛び出して正しい位置に固定する際の、『カチッ』という音がするまでスタビライザー・レッグを引き続けてください。この作業を残りのスタビライザー・レッグに対して繰り返し行い、6本すべてを正しい位置に固定して下さい。次に調整ネジでステージが安定するように調節してください。(図 14.1 と図 14.2 を参照) すべての脚部に圧力がかかるように調節してください。

スタビライザー・レッグを収納するためには、最初に (反時計回りに回して) 調整ネジから圧力を取り除いてサブフレームを浮かして、すべての調整ネジを完全に格納します。次にスタビライザー・レッグのばね式圧力ビョウを押し込みながら脚部を完全にサブフレームの中に押し込んでください。



注意: スタビライザー・レッグを引っ張りだして使用する場合、それにつまづかないように気を付けてください。動きの激しい技や体重の重い方にはスタビライザー・レッグを使用することを強くお勧めします。X-STAGE は、通常の使用の場合はスタビライザー・レッグを延長して使用する必要はありません。

X-STAGE/X-STAGE LITE は標準的な形で非常に安定性が高く、そのままほとんどのスピンや技を使うことができます。しかし、より動きの激しい技を行う場合や、演技発表に使用する場合、または体重の重い人が使用する場合などは、付属のスタビライザー・レッグや追加ウェイトを使用してください。

追加ウェイトを取り付けるには、最初にフロアプレートの一つ外し、両方のサブフレームにあるウェイトプレート取り付け保護キャップの位置を確認し(図 16.2)、保護キャップを回して完全に外してください。

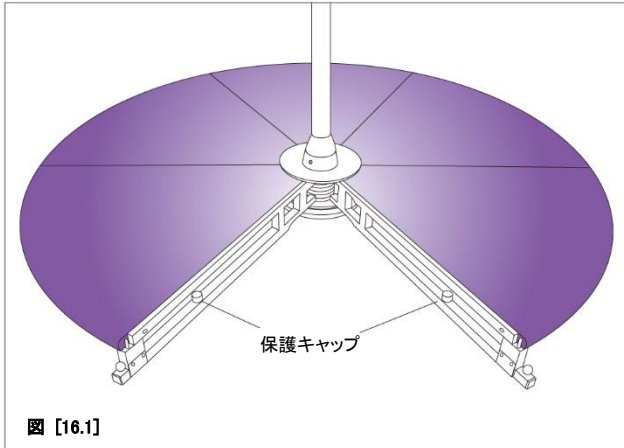


図 [16.1]

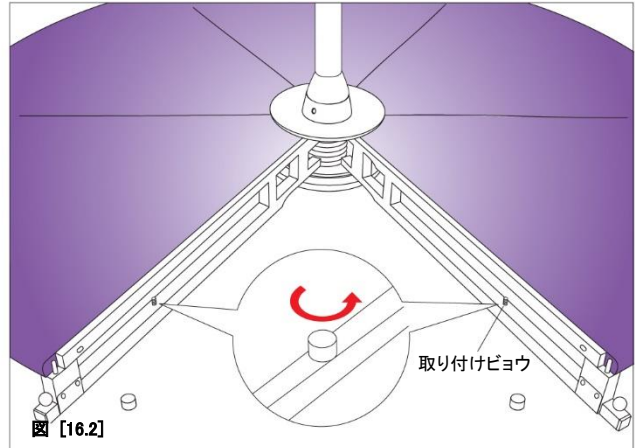


図 [16.2]

ウェイトプレートを取り付けビョウに合うように置きます。(図 16.3) きちんとはまったら、ウェイトプレート用キャップに取り換えてウェイトプレートを完全に固定してください。ウェイトプレートを本来の位置に固定したら、オプションの砂袋(購入店またはお近くの正規販売店から購入できます)やジムのウェイト(セクションごとに 10 kg~30 kg)をプレートに載せてください。(図 16.4)

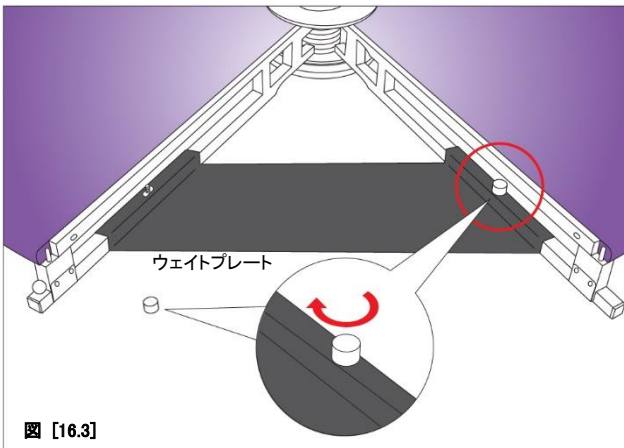


図 [16.3]

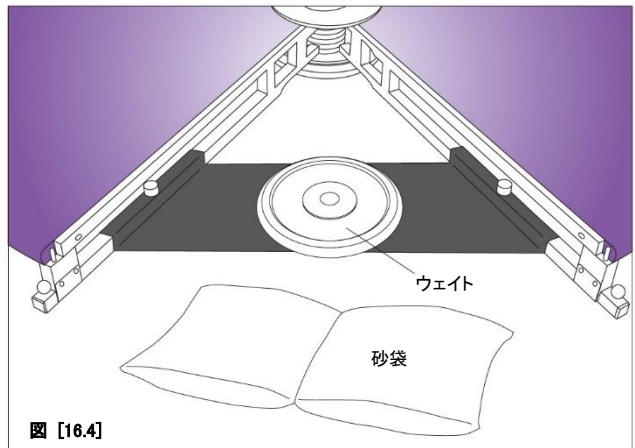


図 [16.4]

図 16.5 に示すように、ウェイトプレートとウェイトは一つ置きに設置することが重要です。すべてのウェイトプレートとウェイトが正しく設置しフロアプレートを再度取り付けたら (P.9~10 を参照)、このステージでより高度な技を使ことができるようになります。

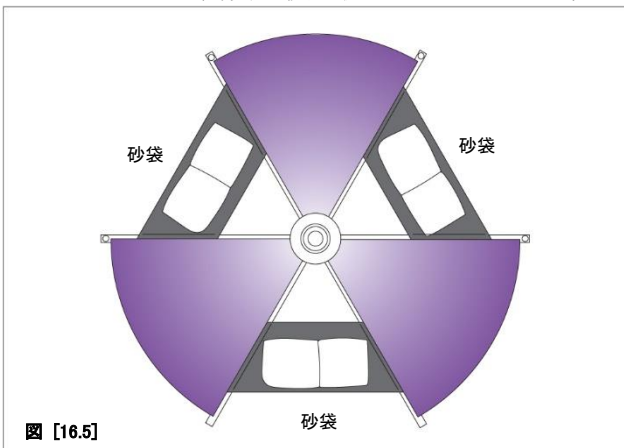


図 [16.5]

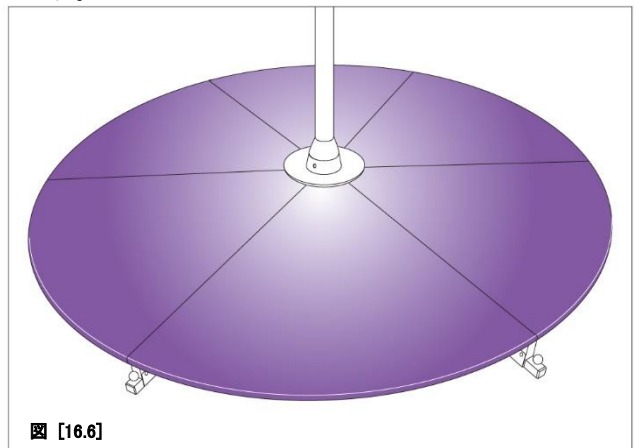


図 [16.6]

スタティック(固定)/スピニング(回転)モード切替機能

スピニングモード(回転)からスタティックモード(固定)に切り替えるには、5mmの六角ツールを使って『X』印のついた穴の中にある六角ネジをニカ所締め付けてください。逆にスピニングモードに戻すにはこれらの六角ネジを緩めてください。ポールを抜く際には、抜く前にポールがスタティックモード(六角ネジが締め付けられロックされている状態)であることを必ず確認してください。

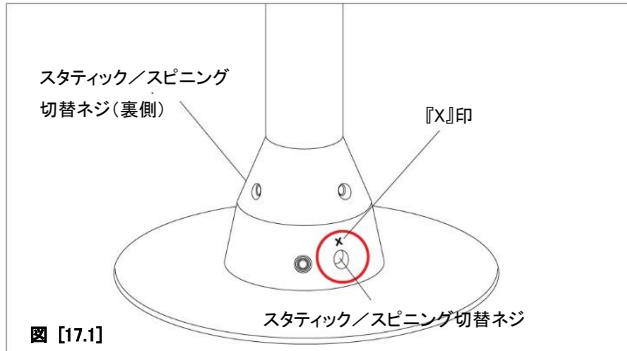


図 [17.1]

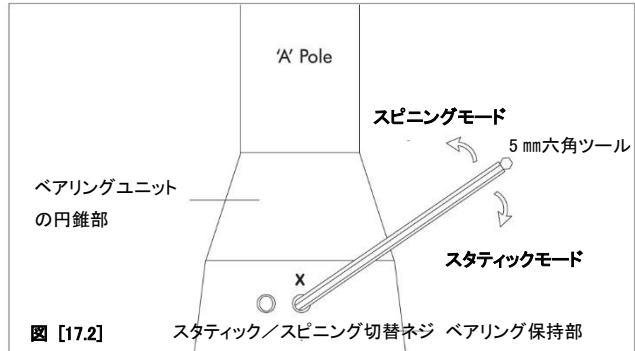


図 [17.2]

ポールのメンテナンス

使用前には X-Joint が完全に固定されていることを常に確認し、30分ごとにもチェックしてください。また使用前にポール固定用ネジとベアリング固定用ネジがしっかりと締められているかチェックすることをお勧めします。

X-STAGE は寒冷多湿の場所には保管しないでください

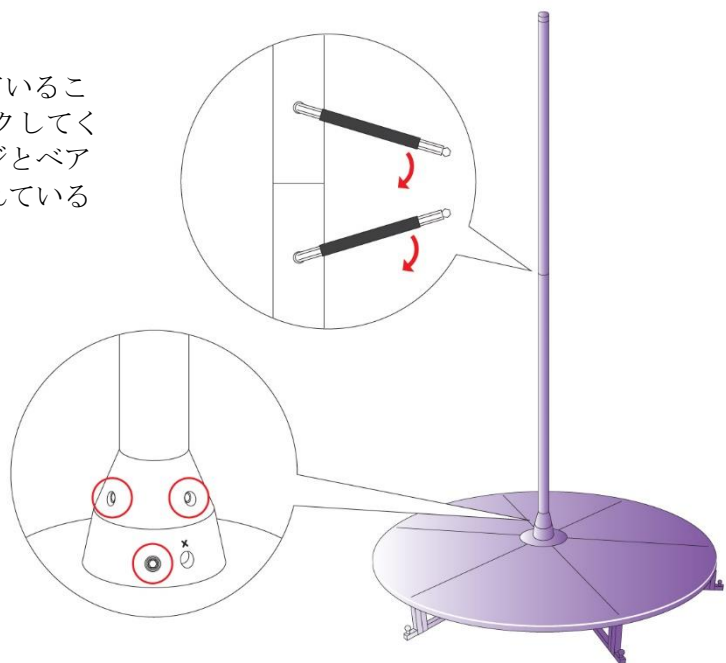


図 [18.1]

X-STAGE ポールの掃除

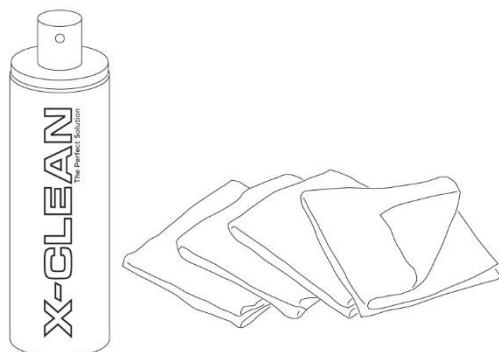


図 [19.1]

X-CLEAN とマイクロファイバークロス

X-POLE 社はポールの表面を綺麗に維持するために、X-CLEAN と特別に開発されたマイクロファイバークロスをお使いになることを推奨しています。これらの製品は我々のウェブサイト www.xpole.com か(最初にあなたの住む地域を選択してから X-CLEAN を検索してください。) 購入店から購入することができます。

X-CLEAN は粉体塗装されたポールやシリコン製ポールには使用しないでください。

製品の保証

この製品は X-POLE 社の最高品質基準を満たすよう製造されテストされています。X-POLE 社の提供する期限付き保証により、新品の X-POLE 製品について材料や製造過程における欠陥は 6 か月間保証されます。

この保証は購入者のみに適用され、第三者に譲渡することはできません。正式な X-POLE 販売者、卸売業者、または X-POLE のウェブサイトを通じて X-POLE 製品を購入した消費者のみが我々の期限付き保証によって補償を受けることができます。

何が保証されるのか？

X-POLE 社はその製品の材料または製造工程における欠陥を次の通り保証します。：通常の設置・使用・保守・メンテナンスにおいて不適切な材料や製造過程の原因によって欠陥が発生したと証明された場合につき、X-POLE 社は独自の裁量により部品、またはオプションとして製品または製品の一部を無償で交換します。もし X-POLE 社が交換部品等を提供できない場合、または修理が現実的でないまたは速やかに実施できない場合、X-POLE 社は製品の返却と引き換えに購入代金を返金することを選択できます。

保証はいつまでか？

保証期間は製品の種類とどこで購入されたかによりますが、購入を証明する書類の日付から 6 か月間となります。ただし、この保証期間は購入者の法的な権利に影響を与えるものではありません。

保証でカバーされないものは何か？

この保証は下記の原因で生じたいかなる問題も補償しません。：

- A. 不適切な材料や製造過程以外の原因で発生した状態・不具合・破損など
- B. 通常の摩耗・不適切な設置・不適切な保守・誤用・濫用・不注意・事故または改造が発生した状態・不具合・破損など
- C. X-POLE 社によって製造されていないアクセサリ一部品・連結された部品や製品・関連製品など
- D. 使用による不具合、摩耗、ポール同士の接触による破損、落下、または純粋な製造上の不具合の範疇外のものについては補償されません。

高品質な鏡面仕上げの表面のため、管の表面の微細な傷や歪みによる傷が目立つ場合があります。これらはポールの使用上の品質を損なうものではなく、外見上だけの問題です。

粉体塗装されたポールのみの注意点：粉体塗装はポールを落としたり引っ掻いたりした場合、ダメージを受けやすいため、X-Joint を挿入したり延長ポールを追加したりする際には粉体塗装部を傷つけないように注意してください。粉体塗装されたポールに化学物質をベースとしたクリーナーは使わないでください。

警告！

フロアプレートを持って X-STAGE を持ち上げたり運んだりしないでください。ばね式留め金を破損する場合があります。

X-STAGE を引きずったり滑らしたりしないでください。ゴム足を破損する場合があります。

ポールを解体する際に、ポール固定用六角ネジ (M8) を外したり緩めないでください。

スピニングモードの状態ですポールを抜かないでください。ポールが破損する場合があります。

X-STAGE は競技会や演技発表の際には、必ず追加ウェイトと共に使用してください。

安全は常に最優先です。

X-POLE[®] INTERNATIONAL

(英国・欧州)

X-POLE UK & EUROPE

Email: sales@x-pole.co.uk
Tel: +44 (0) 208 449 4400
www.x-pole.co.uk

(米国)

X-POLE USA

Email: info@xpoleus.com
Tel: +1 888 976 5387
www.xpoleus.com

(オーストラリア)

X-POLE Australia

Email: sales@x-pole.com.au
Tel: +61 (0) 2 9589 2645
www.x-pole.com.au

(アジア)

X-POLE Asia

Email: sales@x-pole.asia
Tel: +86 (21) 6236 6090
www.xpolecn.com

(韓国)

X-POLE Korea

Email: xpolekorea@hanmail.net
Tel: +82 (0) 32 277 5882
www.xpolekorea.kr

(ロシア)

X-POLE Russia

Email: i-conceptions@msn.com
Tel: +7 911 181 1277
www.i-conceptions.com

(南アフリカ)

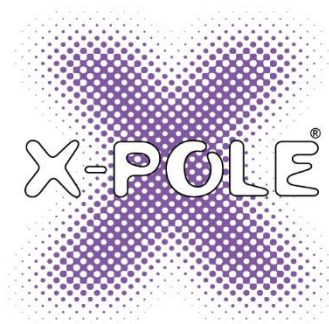
X-POLE South Africa

Email: sales@x-pole.co.za
Tel: +27 (0) 21 674 0074
www.x-pole.co.za

(ニュージーランド)

X-POLE New Zealand

Email: sales@x-pole.co.nz
Tel: +64 (0) 9 528 0998
www.x-pole.co.nz



翻訳協力：一般社団法人日本ポールダンスセラピー協会 (pole-dance-therapy.com)



一般社団法人
日本ポールダンスセラピー協会
JAPAN ASSOCIATION OF POLE DANCE THERAPY