



## 懸垂バー 取扱説明書

組立て動画



STEADY 懸垂バー 組立て動画



トレーニング動画



STEADY 懸垂バー トレーニング動画



## ■ 安全にご使用いただくために

この取扱説明書は大切に保管してください。

この度は「懸垂バー」をお買い上げいただき誠にありがとうございます。安全に正しくお使いいただくために、ご使用前にこの取扱説明書を必ずお読みください。改良のためデザイン・仕様を一部変更している場合があります。予めご了承ください。

### 安全上の注意事項

1. 取扱説明書をよくお読みいただき、内容を十分に理解された上でご使用ください。安全にご使用いただくために、本製品を組立てる際は取扱説明書に沿って組立て、本書に記載されている内容を守り、自己責任のもとでトレーニングを行ってください。本書記載の項目および注意事項を厳守されずにご使用されて生じた、いかなる事故につきましても、弊社としては一切の責任を負いかねますのであらかじめご了承ください。
2. 安全のため、定期的にも本製品の点検を行い、摩耗や損傷がないかご確認ください。
3. 安全のため、取扱説明書の指示内容を守ってご使用ください。本製品の組立て時および点検時に、部品に異常が見つかった場合は、直ちに使用を中断してください。これら異常について修理、改善されるまではご使用をお控えください。
4. 製品を破棄される際には、各自自治体の規定に従って破棄してください。

### 組立て前の注意事項

1. 本製品をご使用になる前に、次に該当する場合は、使用前に必ず医師にご相談ください。医師の治療を受けている方、健康状態に異常を感じている方、安全なご使用に支障をきたす可能性のある方、心拍数、血圧、コレステロール値に影響する投薬を受けている方は、使用に影響がないかを、必ず医師にご確認ください。
2. 次のような症状が出た場合は、運動を中止し、医師にご相談ください。
  - 身体の痛み ● 胸部の圧迫感 ● 動悸 ● 息切れ ● めまい ● 吐き気
3. 小さなお子様やペットのいる場所でのトレーニングはお避けください。本製品は16歳以上の方がご使用いただけるよう設計されています。16歳未満の方は使用しないでください。事故に繋がる恐れがあります。
4. 本製品の耐荷重は、最大200kgです。
5. 本製品の使用は健康な方を対象としています。治療目的としてのご使用には適しません。

### 取り付け時の注意事項

1. 「懸垂バー」を使用する場合は、最初に設置環境を調べていただく必要があります。「懸垂バー」の長さが適切であることを確認してください。
2. 「懸垂バー」を設置する前に、設置位置(壁またはドア枠)がしっかり確保されていることを確認し、設置位置が製品の強度または使用中に発生する力に耐えられることを確認してから設置してください。
3. 強度の弱い設置面(壊れやすい壁、中が空洞のドアフレーム、薄いパネル、タイル壁などの表面を含むがこれらに限定されない)での使用はお控えください。
4. 設置場所や強度によって壁が凹んでしまう可能性があります。万が一壁に凹みが発生した場合、保証出来かねますのであらかじめご了承ください。
5. 使用する前に、「懸垂バー」の長さに応じた重量(お客様の体重など)が、耐荷重範囲を超えていないことをご確認ください。詳細については、次ページ「懸垂バーの長さ / 耐荷重表」を参照ください。

### 使用中の注意事項

1. 本製品を使用する際には、必ずストレッチ運動を行いウォームアップしてください。
2. ご使用前には毎回、固定ネジがしっかり固定されているか、必ずご確認ください。部品に緩みがあると、怪我の原因となります。一度全体重をかけていただき、「懸垂バー」が動かないことをご確認ください。

## ■ お手入れの方法について

長く本製品を愛用いただくためにも、日々のお手入れを心がけてください。

汚れやほこりは、乾いた柔らかい布などで拭き取ってください。汚れが落ちない場合は、中性洗剤を薄めて拭き取ります。

## ■ 製品の仕様について

ロングタイプ

- 本体サイズ: 約92cm ~ 124cm
- 製品重量 : 約3kg
- 耐荷重: 最大200kg

## ■ 懸垂バーの長さ / 耐荷重表

製品仕様:約92cm - 124cm	
懸垂バーの長さ	耐荷重
92cm	200kg
100cm	150kg
105cm	130kg
110cm	120kg
120cm	100kg
124cm	80kg
130cm	10kg




### ⚠ 注意

安全のため製品仕様(92cm - 124cm)内のご使用をお願いします。  
124cmを超えて懸垂バーを使用しないでください

## ■ 梱包部品一覧表

1. 梱包をあけましたら組立てを行う前に、各部品・付属品が揃っているか確認ください。
2. 不足している部品がある場合は、お手数ですがSTEADYカスタマーサポートまでご連絡ください。その際、下記部品名称をお知らせください。(連絡先:P5)
3. 不足している部品がある場合は、部品全てが揃うまで、ご使用をお控えください。

1. 懸垂バー 	2. 六角レンチ 	3. ロックピン ×2※ 	4. プラスチックカバー ×2※ 
--	---	---	---

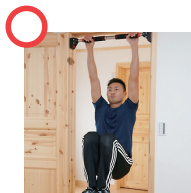
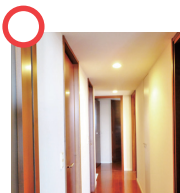
上記「※」は部品に備え付けられています。

## ■ 設置前に必ずご確認ください

本製品は構造壁(建物を支える役割をもった壁)に設置可能です。以下の記載を厳守せず、取り付け不可部分に設置した場合、壁に凹みが生じたり穴が空いたりする可能性があります。万が一壁に凹みや穴が発生した場合、保証出来かねますのであらかじめご了承ください。

### ●取り付け可能な壁

懸垂バーの設置面として幅4.7cm、長さ8cm以上が確保できる構造壁(建物を支える役割をもった壁)



### ●取り付け不可部分

強度の弱い壁、壊れやすい壁、中が空洞のドアフレーム、薄いパネル、タイル壁、クロス壁など



### ⚠ 注意

取り付け不可部分に設置すると、凹みが生じたり穴があいたりする可能性がございます。万が一壁に凹みや穴が発生した場合、保証出来かねますのであらかじめご了承ください。

## ■ 組立て手順

STEP

01

懸垂バーをドアフレームまたは壁に取り付けます

1

シールの天地に気をつけて、壁またはドアフレームの間に懸垂バーを取り付けます。  
それぞれの側面を正面から見たときに、左側の画像の向きであることをご確認ください。

○



×



2

両サイドの設置部分を回し、懸垂バーの左右が均等になるよう適切な長さに伸ばし、水平に保ちます。



⚠ 注意

両サイドの設置部分を回す場合、黄色い注意書きシールに記載の回転方向とは反対に回します。

3

懸垂バーが動かなくなるまで、黄色い注意書きシールの向きに沿ってグリップ部分を回転させます。



## STEP 02

ロックピンで固定します

### STEP 2で使用する部品リスト

懸垂バー



(A)

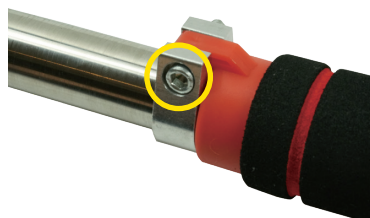
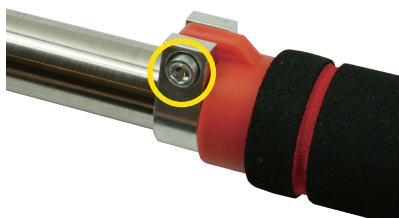
六角レンチ



(B)

1

⑥六角レンチを使用しロックピンできつく固定します。



⚠ 注意

ロックピンの固定が十分でない場合、グリップ部分が回転し、緩みの原因になります。

## STEP 03

安全性を確認します

1

使用前に懸垂バーが十分に締まっていることを確認してから、使用を開始しましょう。

2

一度全体重をかけていただき、懸垂バーやロックピンがしっかり固定されていることをご確認ください。

## 不具合と感じたら

症状	対応方法
グリップ部分が回る 設置後に落下する	緩みや傾きをご確認後、ロックピンを増し締めしてください。(参考:P4)
伸縮ができない 使用中、中央シール付近の ピンが外れた	ご使用中を中止し、STEADYカスタマーサポートまでご連絡ください。 (参考:P5)
設置場所が分からない 壁に凹みや穴が生じた	本製品は構造物(建物を支える役割を持った壁)にのみ設置可能です。取り 付け可能な壁かどうか、ご確認をお願いします。万が一、凹みや穴が生じた 場合でも保証出来かねますのであらかじめご了承ください。(参考:P2)
シールの向きが逆	使用上の問題はございませんが、気になる場合は交換させていただきます。 STEADYカスタマーサポートまでご連絡ください。(参考:P5)
長さを間違えて購入した	30日以内の場合は、お客様都合による返品・交換は可能です。未開封か つ未使用の場合は製品の代金(税込)を全額返金、開封済みの場合は 50%を返金いたします。詳細はSTEADYカスタマーサポートまでお問い 合わせください。(参考:P5)

## カスタマーサポートへ連絡したい場合

製品に関するご質問、不具合がございましたら、QRコードを読み込んでいただき、LINEかメールフォームからお問い合わせください。

**LINEでのお問い合わせ**

**STEP 01**  
”お役立ちメニュー”  
をタップしてください。

**STEP 02**  
ご質問を入力してくだ  
さい。

**STEP 01**

**STEP 02**



製品を探す お役立ちメニュー

お問い合わせ

STEADY

**お問い合わせフォームからのメール送信**



お名前、メールアドレス等をご入力  
のうえ、送信ボタンをクリック  
してください。

お名前 (フルネーム)\*

山田 太郎

メールアドレス\*

sample@email.com

購入した店舗\*

お問い合わせ内容

お問い合わせの内容

送信

### 【CS連絡先&営業時間】

03-4530-3012

support@steadyjapan.zendesk.com

受付時間: 月~金 9:00~17:00 (祝日・お盆・年末年始を除く)

### 【製品のシリアルナンバーの確認方法】

シリアルナンバー(製造ロット)は、製品の両端のいずれかに貼られた  
ラベルに記載されています(例:SJ001)。お問い合わせの際にお知らせ  
ください。

いずれかにシリアルナンバーが記載された  
ラベルが貼られています



## アフターサービスについて

### 保証期間

- ・ご購入日より365日間となります。公式LINEにご登録いただくことで500日に延長が可能です。
- ・保証期間内に取扱説明書に従ってご使用になっていた場合、保証適用外の事項に該当しない場合は無償交換が可能です。
- ・保証期間が過ぎた場合は、仕入れが可能な部品に限り有償にて部品交換させていただきます。

LINE公式アカウントに  
友だち登録すると

保証期間が

500日に延長! /!



### 保証適用外の事項

- ・取扱説明書に記載されている、正しい組立て方法、使用方法、保管方法、取り扱い方法以外のご使用により不具合や事故が発生した場合
- ・仕様の範囲内と判断された場合（駆動音、製造過程で生じる気泡、折れ、細かな汚れ、輸送中の小傷や擦れなど）
- ・輸送中に外箱や梱包材が破損した場合でも、製品に不具合が生じていない場合
- ・中古品のご購入や公式サイト/公式販売モール以外でご購入した場合（有償での対応は可能）
- ・ご自身での修理や改造などが見受けられる場合
- ・地震、火災、台風、落雷などの天災や、薬品、酒、水、石、塩分など、外から受ける要因による不具合や事故が発生した場合
- ・未開封、未使用に関わらず保証期間を過ぎた場合

### STEADYカスタマーサポートへのお問い合わせ方法

- ・不具合が疑われる場合や、交換をご希望の場合はSTEADYカスタマーサポートまでお問い合わせください。（参考:P5）
- ・お問い合わせの際には、不具合が疑われる箇所の画像もしくは動画を添付してください。

### 注意事項

- ・製品の不具合などによりお客様に生じた機会損失や金銭的損害については、弊社では責任を負いかねます。
- ・保証期間内の製品で不具合と判断した場合は、基本的に部品交換となります。出張サービスや業者手配による設置、組立て、解体、梱包、修理等は原則対応しておりません。



本製品の設置と使用により、設置面や壁に凹みが生じたり穴が空いた場合でも、弊社では一切保証出来かねますのであらかじめご了承ください。

こんにちは、カスタマーサポート代表の山田です。  
お客様の期待に寄り添える製品やサービスをお届けし、  
「さらに何かできるか」を大切にしています。  
お客様の笑顔が私たちに与える喜びです。  
山田 祐希



