



## 懸垂アシストチューブ 取扱説明書

取り付け動画  
トレーニング動画



## ■ はじめに

この取扱説明書は大切に保管してください。

この度は懸垂アシストチューブ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。

### 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、本製品を取り付ける際は取扱説明書に沿って取り付け、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「取り付け時」および「点検時」に、部品に異常が見つかった場合や、ご使用中に製品から異音が聞こえたら、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。

### 取り付け前の注意事項

- 1.本製品をご使用になる前に、次に該当する場合は、お身体に影響がないかを必ず医師にご確認ください。
  - 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
  - 安全に使用するのに支障をきたす可能性のある健康状態の方
  - 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
- 2.次のような症状が出た場合は、トレーニングを中止し、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.小さなお子様やベットのいる場所でのトレーニングはお避けください。  
本製品は大人の方がご使用いただけるよう設計されています。
- 4.本製品の耐荷重は、最大約100kg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

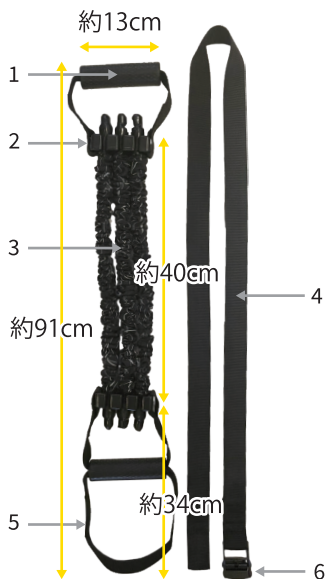
- 1.ご使用前に、耐荷重範囲を超えていないことをご確認ください。詳細については次ページをご覧ください。
- 2.ご自分で修理・分解・改造を絶対に行わないでください。  
付属部品を外した状態でのご使用も、重大な事故の発生に繋がる恐れがあります。  
それによって生じたいかなる結果につきましても、弊社としては一切の責任を負いかねますのであらかじめご了承ください。
- 3.取り付けは大人の方が行ってください。  
未成年者の方、ご高齢の方が取り付けを行う際は大人の方が立ち会ってご確認ください。

### 使用中の注意事項

- 1.本製品を使用する際には、必ずストレッチを行いウォームアップしてください。
- 2.ご使用前は毎回、各部分がかっち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。
- 3.トレーニング中は体の下に保護マットを置いてご使用ください。

## 製品の仕様について

接続グリップ-フットストラップ	約91cm
接続ベルト	約179cm
製品重量	約740g
最大耐荷重	約100kg



## 梱包部品一覧

1. 接続グリップ
2. チューブホルダー
3. アシストチューブ
4. 接続ベルト
5. フットストラップ
6. バックル



1. 梱包を開けましたら、取り付けを行う前に各部品・付属品が揃っているかご確認ください。
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、上記部品名称をお知らせください。(連絡先:P6)
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。
4. 仕様および外観は、改良のため予告なく変更することがありますが、ご了承ください。

## 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、清潔な濡れた布で拭き取ってください。
- ・お手入れの際は石鹸や化学洗剤を使用しないでください。
- ・製品を鋭いものや腐りやすいものの周りで使用しないでください。
- ・製品を直射日光の当たる場所や高温多湿な場所で保管しないでください。

STEP  
01

製品を器具に固定します

1

接続ベルトを器具にかけます。



2

接続ベルトを接続グリップに通します。



3

バックルの表側を押し、接続ベルトの挿し込み口を開きます。  
バックルの裏側から表側に接続ベルトを通し、固定します。



バックル表側



バックル裏側



⚠ 注意

バックルの裏表を確認してから接続ベルトを通してください。  
場合によってはベルトが固定できず、緩んで落下の原因になることがあります。

STEP  
02

各部分を調節します

1

**長さの調節**

バックル部分を押し、接続ベルトの長さを調整します。

接続ベルトを短くするとフィットストラップの位置が上がり、補助抵抗が大きくなります。

接続ベルトを長くするとフィットストラップの位置が下がり、補助抵抗が小さくなります。



2

**アシストチューブの調節**

アシストチューブの本数で負荷の調節ができます。



**アシストチューブの取り出し**

アシストチューブを外側に引き出します。

チューブホルダーを押し、アシストチューブを上を持ち上げます。



**アシストチューブの取り付け**

アシストチューブの布部分をチューブホルダーに押し込みます。

アシストチューブを内側に引き、ゴム部分をチューブホルダーに固定します。

## ■ トレーニングについて

### 懸垂時の使用方法

1 片足をフットストラップに挿し込みます。



2 器具を掴み、身体を持ち上げます。  
胸を大きく開きながら肩甲骨を寄せ、みぞおちを懸垂バーに引き上げると、製品が顔や身体に当たりにくくなります。



既存の懸垂マシンのパイプを撮影のために取り外しております。

 注意

- 指を挟めないように注意してください。
- トレーニング中は体の下に保護マットを置いてご使用ください。
- 耐荷重以上の重さで使用しないでください。アシストチューブが外れる恐れがあります。

## 不具合と感じたら

症状	原因	対応方法
フットストラップが外れない	仕様	お届け時に製品と一体となっており、取り外しができない仕様となっております。参照:P2
バックルから接続ベルトが滑り落ちる	バックルの向き	取り付け時にバックルの前後をご確認ください。正しい向きで取り付けると接続ベルトがしっかりと固定できます。参照:P3
負荷が合わない	アシストチューブの調整	チューブホルダーからアシストチューブを取り外し、ご自身に合った負荷に調整することが可能です。参照:P4
懸垂時に製品と顔や身体が擦れる	上体のフォーム	やや後傾姿勢で懸垂することで製品と接触せずにトレーニングできます。参照:P5

## STEADY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



ステップ①「製品トラブル」をタップしてください。  
ステップ② ご質問を入力してください。

お問い合わせ内容

お問い合わせの内容

送信

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上、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】(平日 9:00~17:00 / 年末年始を除く)

メールアドレス: support@steadyjapan.zendesk.com 電話番号: 03-4540-6531

