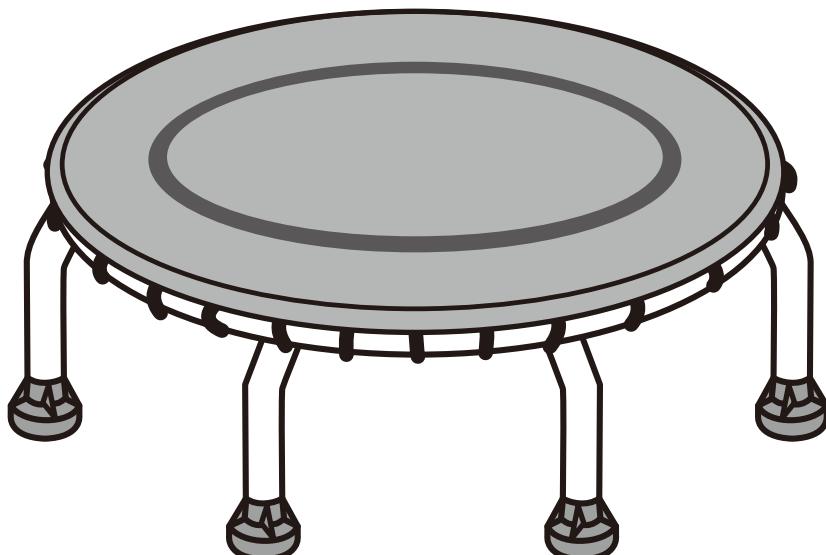


エアロライフ ホームジャンピング プレミアム **DR-6800**

取扱説明書(保証書付)



このたびは《エアロライフ ホームジャンピングプレミアム》をお買い上げいただき、誠にありがとうございます。正しくお使いいただくために、ご使用の前には必ずこの取扱説明書をよくお読みください。お読みになった後は、いつでも取り出せるところに大切に保管してください。

エアロライフ「ホームページ」のご案内

ホームページでは新製品情報や、商品に関するさまざまな情報をお届けしております。ぜひ一度ご覧ください。

<http://www.modernroyal.com/>

エアロライフ

検索



Click



Contents

安全上のご注意

- 安全に運動を行うために…2
- ご使用に関して ………………3
- 使用場所について ……………3
- 故障を防ぐために ……………3
- お手入れと保管 ………………3
- 梱包内容 ………………4
- 組立方法 ………………4·5

効果的な運動プログラム

- エクササイズの前に ……6·7
- トレーニングプログラム・6·7

商品仕様・保証規定・保証書

- 商品仕様 ………………8
- 保証規定 ………………8
- 保証書……………8

安全上のご注意

※必ずお守りください

ご使用の前に、この「安全上のご注意」をよくお読みの上、正しくお使いください。

- お読みになった後は、お使いになる人がいつでも取り出せるところに必ず保管してください。
- ここに示した注意事項はご自身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。

誤った使い方をした時に生じる危害や損害の程度を、次の表示に区分して説明しています。

 警告	「使用者が死亡または重傷を負うことが想定される危害の内容」です。
 注意	「使用者が傷害を負うことが想定されるか、または物的損害 [*] の発生が想定される危害・損害の内容」です。 ※物的損害とは、家屋・家財および家畜・ペットにかかる拡大損害を示します。

お守りいただく内容を、次の記号で説明しています。

	禁止の行為であることの内容です。
	行為を強制、または指示する内容です。

安全に運動を行うために

警告

	医師の治療を受けている人や、次のような症状のある人は、使用する前に医師と相談する。 <ul style="list-style-type: none">・心臓に障害のある人・熱の高い人・血行障害や血圧に異常のある人・生理中の人・妊娠中、出産直後の人・貧血ぎみの人・現在腰痛の人や、過去に腰や背中、首を痛めたことのある人・変形性関節炎、リウマチ、痛風の人・骨そしょう症など骨に異常のある人・医師から運動を禁じられている人・脊椎の骨折、捻挫、肉離れなどの急性疾患の人・首、背骨、腰に異常のある人や曲がっている人・上記以外に身体に異常・不安を感じている人 <p>※事故や体調不良をおこすことがあります。</p> <p>※使用中、身体に異常を感じた時には、直ちに使用を中止してください。そのまま続けると症状が悪くなることがあります。</p>
---	--

	本商品を他の用途に使用しない。
	使用前には取扱説明書に記載してある使用方法を必ず読み、適正な使用方法で行う。
	身体のバランス維持が困難な高齢者の人は使用しない。
	体重が100kg以上の人には使用しない。
	本商品は一般家庭用なので、業務用として使用しない。
	使用中は子供を近づけない。

注意

	同時に二人以上で使用しない。
	子供が使用するときは、大人が立ち会う。
	食後および飲酒後は使用しない。

ご使用について

⚠ 注意

	使用前には、必ず各脚などしっかりと固定されているか確認する。
	部品等に異常がみられた場合は、ただちに使用を中止する。商品の継続使用により部品が変形することがあります。
	運動量は除々に増やし、無理をしない。

使用場所について

⚠ 警告

	周囲に物を置かず、十分な広さのある場所で行う。
	屋外、浴室、ベランダ、高温多湿、直射日光のあたる場所で使用しない。
	本体に水のかかりやすい場所で使用しない。

故障を防ぐために

⚠ 警告

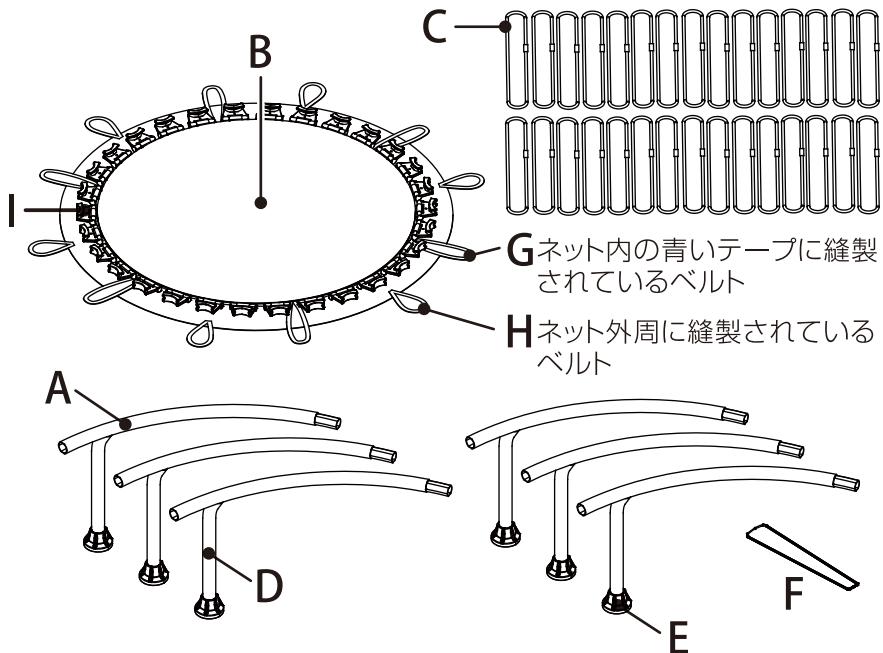
	本体を勝手に改造・修理しない。 分解禁止
	 本体に重い物を置いたり、落としたり、強い衝撃を与えたりしない。

お手入れと保管

⚠ 注意

	高温多湿、直射日光のあたる場所に置かない。
	転倒しそうな場所、子供が触れる場所に放置・保管しない。

梱包内容



記号	部品名称	数量
A	本体フレーム	6
B	ネット(ジャンピングネット)	1
C	ゴムチューブ	30
D	脚	6
E	脚キャップ	6
F	組立工具	1
G	ベルト(内)	6
H	ベルト(外)	6
I	固定ガイド	30

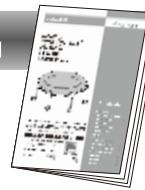
付属品

●取扱説明書

(保証書付)

※本書

※本体と一緒に保管してください。



■商品検査時の組立痕についてのご案内

お届けしました商品の組立部にスリ傷がついている場合もありますが、こちらは商品検査時についたものです。誠におそれ入りますがご了承くださいようお願い申し上げます。

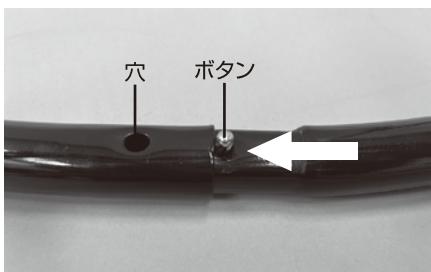
■ご使用の注意

●脚にはキャップを装着しておりますが、滑りやすい場所や、床を汚したり傷つける場合がありますので、滑りにくい素材のマットをご用意ください。

組立方法

1) 本体フレームのボタンを指で押さえながら、もう1つの本体フレームの穴に合わせて差込みます。

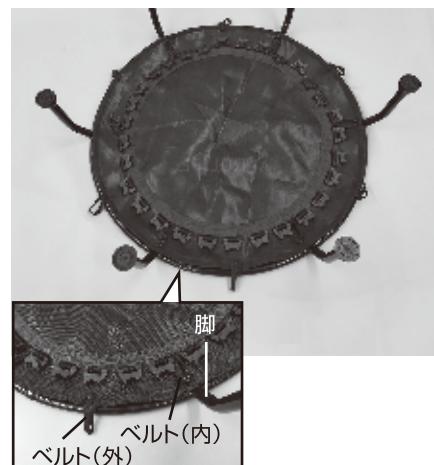
※指を挟まないように注意



2) 本体フレーム×6本すべて差込み円形のフレームにします。



3) 本体を逆さまにし、脚の位置にベルト(内)がくるようにネットを置きます。

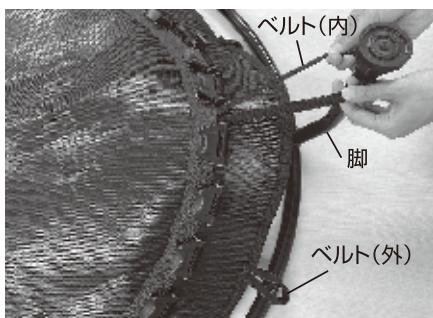


ベルト(内): ネット内の青いテープに縫製されているベルト

ベルト(外): ネット外周に縫製されているベルト

組立方法

4) ベルト(内)を脚に通します。

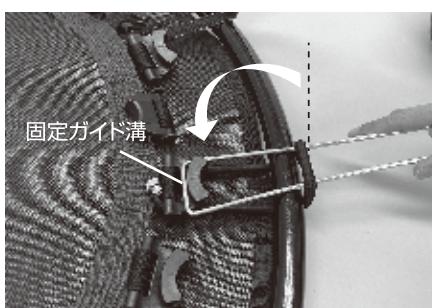


※ベルト(外)を通さないように注意。

7) 固定ガイド溝にゴムチューブを引っ掛け固定します。

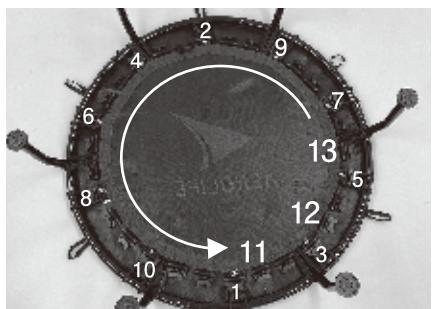


10) 組立工具の先端を固定ガイド溝に引っ掛けるように合わせます。



13) 11本目以降は残った固定ガイドに1箇所ずつ順番にゴムチューブを取り付けていきます。

※11,12,13…の様に取り付けたゴムチューブの隣から順に取り付けると作業しやすくなります。

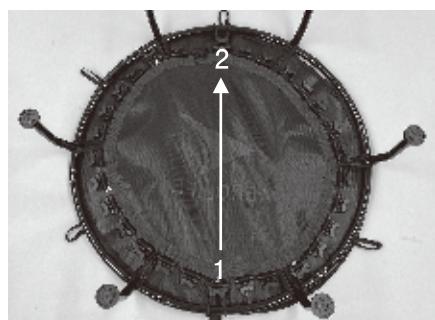


5) ゴムチューブの金具がネット裏の固定ガイド側になるよう置きます。

※1本目のチューブはどこから取り付けても構いません。



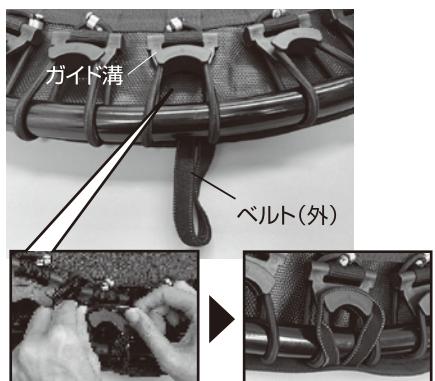
8) 2本目のゴムチューブは1本目の対角線上に取り付けます。
※2本目以降は工具を使って取り付けます。



11) 組立工具を180°回転させ、固定ガイド溝にゴムチューブを固定し、組立工具を外します。



14) すべてのゴムチューブの取り付け後、ベルト(外)6本を固定ガイド溝のゴムチューブに重ねて引っ掛け、組立終了です。



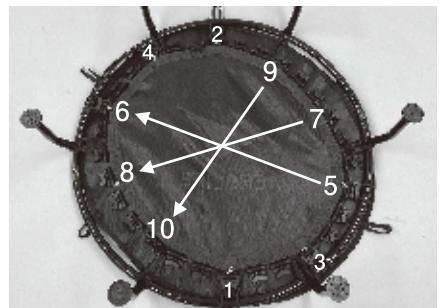
6) ①. 固定ガイドを立たせ、ゴムチューブはガイドの下を通します。



9) 本体フレームを少し持ち上げ、フレーム外側から組立工具(細い側)をゴムチューブに差し込みます。



12) 5本目以降のゴムチューブも対角線上に2つ隣りに取り付けます。



15) 組立直後は本体フレームに歪みがあり脚が浮いてしまう場合があります。本体フレームを上から押すか、20~30回(目安)ジャンプを行うことで自然に歪みは修正されます。



効果的な運動プログラム

エクササイズの前に

■初心者は無理のないトレーニングを

- 初心者や高齢の方は徐々に運動量を増やして、決して無理をしないでください。
- 翌日疲労が強く残る強度は避けてください。
- 身体のバランス維持が困難な高齢の方は使用を避けてください。

■呼吸方法

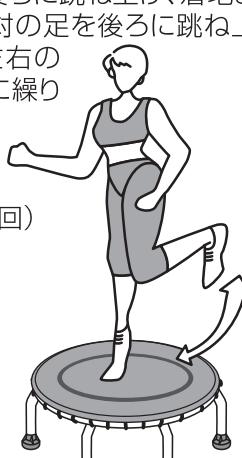
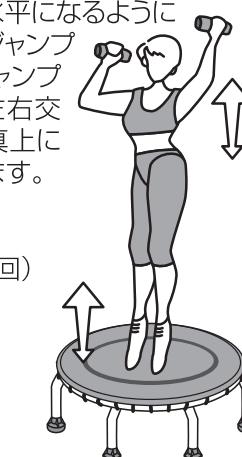
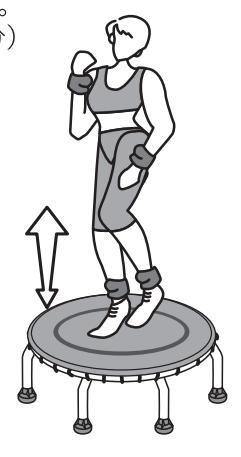
- 普通の呼吸で息を止めたり力むことが無く、話が出来る程度の強度で、楽しく行ってください。

◆トレーニングプログラム

全身運動		
ローバウンド ●足を肩幅に開きジャンピングネットの上に立ち、つま先立ちを繰り返します。そのとき、つま先はネットに着けたままで、かかとの部分だけを弾ませて飛び上がらないようにします。 (2~5分)	ハイバウンド ●足を肩幅に開きジャンピングネットの上に立ち、つま先でネットを蹴るようにジャンプ(10~30cm程度)し、腕は肘を曲げてジャンプに合わせて下から上に振り上げ、繰り返します。 (2~5分)	ジョギング ●ジャンピングネットの上でゆっくり歩き、徐々に膝を高く上げ、腕のスイングを力強く肘を前後に大きく振るようにしていきます。 (2~5分)
背中の筋肉の運動		ウエスト・脇腹の筋肉の運動
アームバック ●両足を揃えてジャンピングネットの上に立ち、軽くジャンプします。手のひらが上を向くように、腕を背中の後ろにもっていき、飛び上がると同時に腕を下げ、着地と同時に腕を上げ、繰り返します。 (10~30回)	ツイスト ●両足を揃えてジャンピングネットの上に立ち、軽くジャンプします。着地と同時に両膝は正面に向いたまま腰、上体、腕は右にねじります。左右交互に繰り返します。 (10~30回)	ランプバウンド ●ジャンピングネットの上に腰を落とし、本体フレームをつかみます。このままの状態でジャンプしたり、膝を左右にひねりツイストします。 (10~30回)

■ご使用の注意

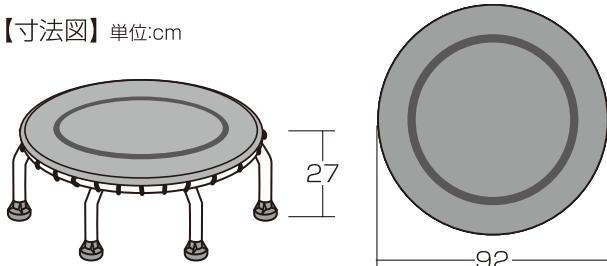
- 必ずネット中央でジャンプしてください。
- 自分でバランスがとれる範囲の高さでジャンプしてください。本商品は、競技用トランポリンではありません。高く飛びすぎるとバランスを崩し、商品の破損、及びケガをする恐れがあります。
- ゴムチューブは消耗品です。長い間使用していると徐々に傷んでいきます。必ず定期的に点検してください。
- ゴムチューブの糸がほつれてきた、部分的に細くなってきた場合はご使用を中止し、修理依頼してください。購入後1年間は(保証期間内)は、無償で修理・部品交換いたします。

脚の筋肉の運動	肩の筋肉の運動
<p>ハイ&ローキック ●両足を揃えてジャンピングネットの上に立ち、両手を腰につけます。 軽くジャンプしながら、片足を高く蹴り上げ、続けて低く(高い蹴りの半分の高さ)蹴り上げます。 左右の足を交互に繰り返します。</p> <p>(2~5分)</p> 	<p>レッグカール ●両足を揃えてジャンピングネットの上に立ち、軽くジャンプしながら片足を後ろに跳ね上げ、着地と同時に反対の足を後ろに跳ね上げます。左右の足を交互に繰り返します。</p> <p>(10~30回)</p> 
<p>ソフトウェイトを使った運動</p> <p>腕、肩の筋肉のトレーニング バタフライ ●ソフトウェイトを握り、両足を揃えてジャンピングネットの上に立ち、肩と肘が水平になるように腕を開きジャンプします。次のジャンプで腕を体の前で閉じます。この運動を繰り返します。</p> <p>(10~30回)</p> 	<p>腕、肩の筋肉のトレーニング アップライトプレス ●ソフトウェイトを握り、両足を揃えてジャンピングネットの上に立ち、肩と肘が水平になるように腕を開きジャンプします。ジャンプしながら左右交互に腕を真上に持ち上げます。</p> <p>(10~30回)</p> 
<p>リスト・アンクルウェイトを使った運動</p>	<p>全身運動 ●リスト・アンクルウェイトを手首、足首につけてジャンピングネットの上に立ち、音楽に合わせてジャンプします。</p> <p>(2~5分)</p> 

商品仕様・保証規定・保証書

商品仕様

【寸法図】 単位:cm



●品名	エアロライフ ホームジャンピングプレミアム
●品番	DR-6800
●材質	[本体]スチール [脚]スチール [ネット]ポリプロピレン [脚キャップ]PVC [ゴムチューブ]ポリエステル+ラテックス
●適応体重	(約)100kg
●本体重量	(約)4.2kg
●本体寸法	(約)φ92×高さ27cm
●ネット寸法	(約)φ71cm
●保証期間	1年間
●製造国	中国

☆製品の仕様、外観などは改良のため予告なしに変更することがあります。

保証書

この保証書は、保証期間中に、お客様の正常なご使用状態(取扱説明書参照)で、万一故障した場合には、本書記載内容で無料修理を行うことをお約束するものです。

本書をご提示の上、お買い上げの販売店に修理をご依頼ください。

品名	エアロライフ ホームジャンピングプレミアム
品番	DR-6800
保証期間	お買い上げ日より1年間(本体)
お買い上げ日	年月日
お客様	お名前 フリガナ 様
お客様	ご住所 〒
お客様	電話
販売店	店名・住所 印
販売店	電話
修理内容	

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。保証期間経過後の修理等についてご不明の場合は、お買い上げの販売店にお問い合わせください。

カラダを変えていく。



お問い合わせ・発売元

モダンロイヤル株式会社

〒103-0002 東京都中央区日本橋馬喰町1-5-6 イマスオフィス馬喰町8F
TEL.(03)5843-6281 FAX.(03)5843-6285 <https://www.modernroyal.com>

ご不明な点がございましたら、下記までご連絡ください。

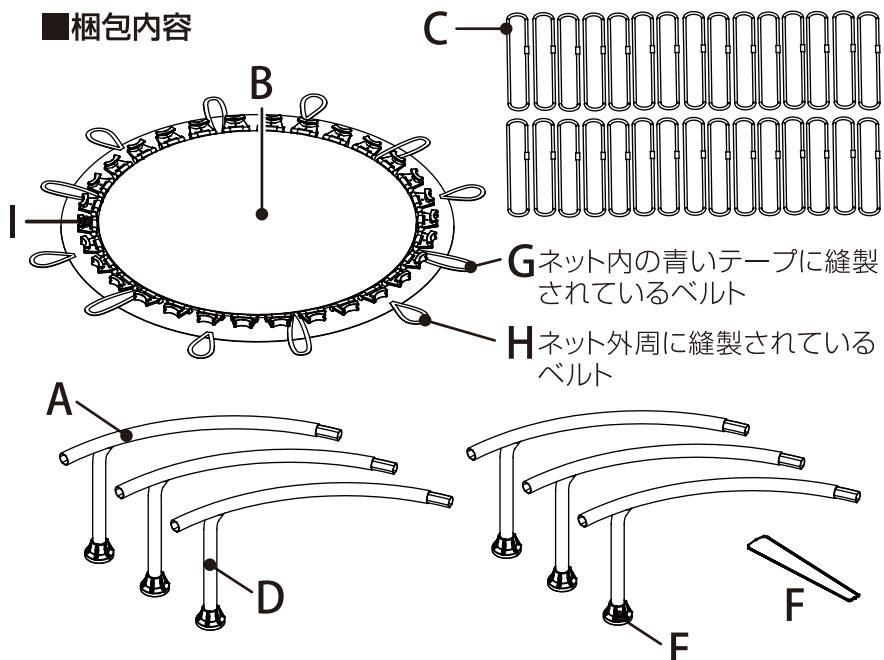
 **0120-88-4450** 受付時間10:00~16:00(土、日、祝休み)
*12:00~13:00はつながりません。

AEROLIFE

商品の組立方法

このたびは《エアロライフ ホームジャンピングプレミアム(DR-6800)》をお買い上げいただき、誠にありがとうございます。

■梱包内容



記号	部品名称	数量
A	本体フレーム	6
B	ネット(ジャンピングネット)	1
C	ゴムチューブ	30
D	脚	6
E	脚キャップ	6
F	組立工具	1
G	ベルト(内)	6
H	ベルト(外)	6
I	固定ガイド	30

付属品

- 取扱説明書
(保証書付)



■商品検査時の組立痕についてのご案内

お届けしました商品の組立部にスリ傷がついている場合もありますが、こちらは商品検査時についたものです。誠におそれ入りますがご了承くださいますようお願い申し上げます。

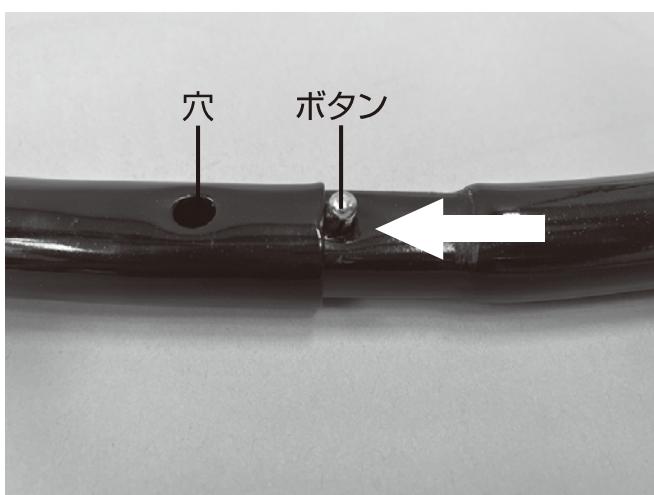
組立方法

こちらのQRコードか組立方法の動画が確認できます。



- 1)本体フレームのボタンを指で押さえながら、もう1つの本体フレームの穴に合わせて差込みます。

※指を挟まないように注意

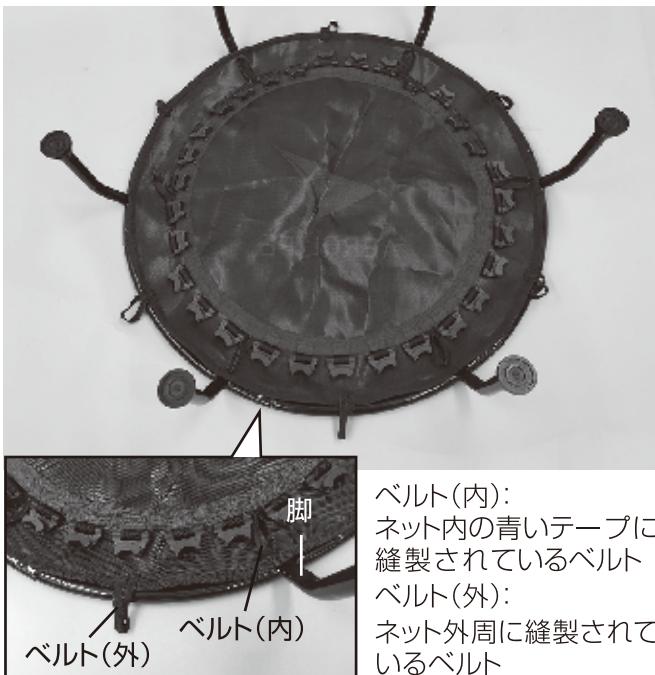


- 2)本体フレーム×6本すべて差込み円形のフレームにします。

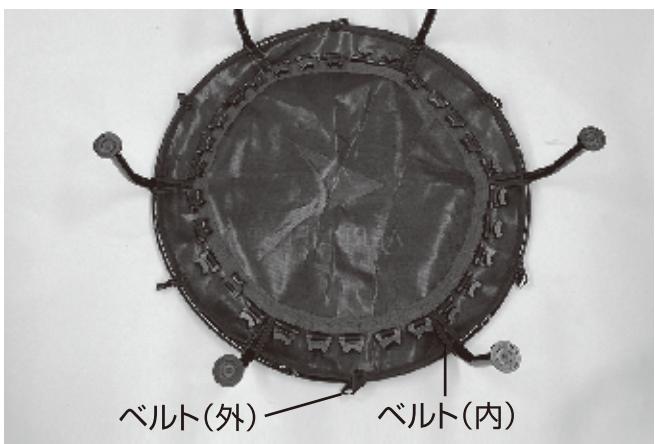


組立方法

3)本体を逆さまにし、脚の位置にベルト(内)がくるようにネットを置きます。

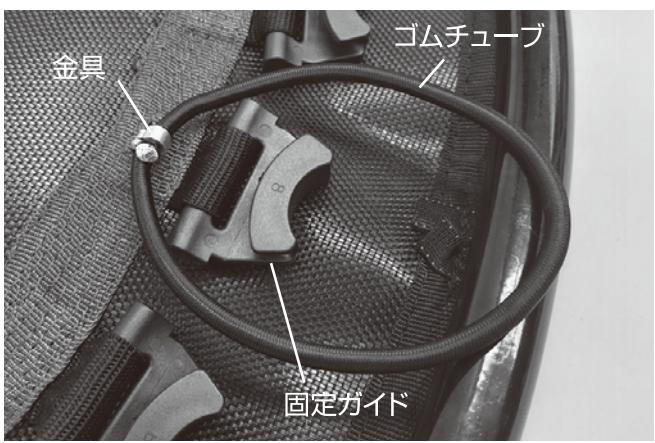


5)6箇所のベルト(内)を全て脚に通します。

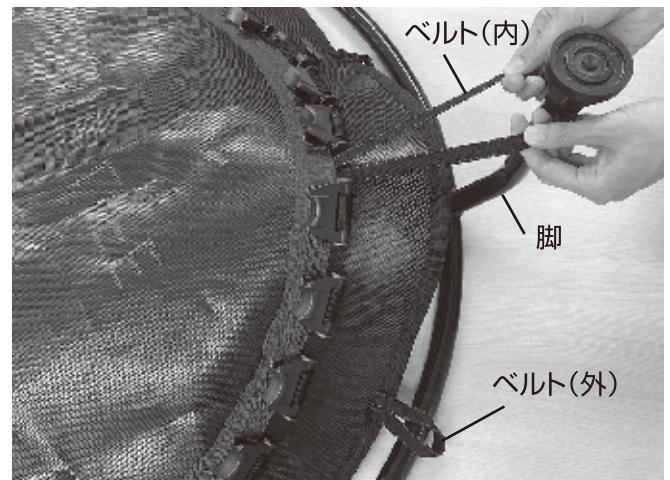


7)ゴムチューブの金具がネット裏の固定ガイド側になるように置きます。

※1本目のチューブはどこから取り付けても構いません。



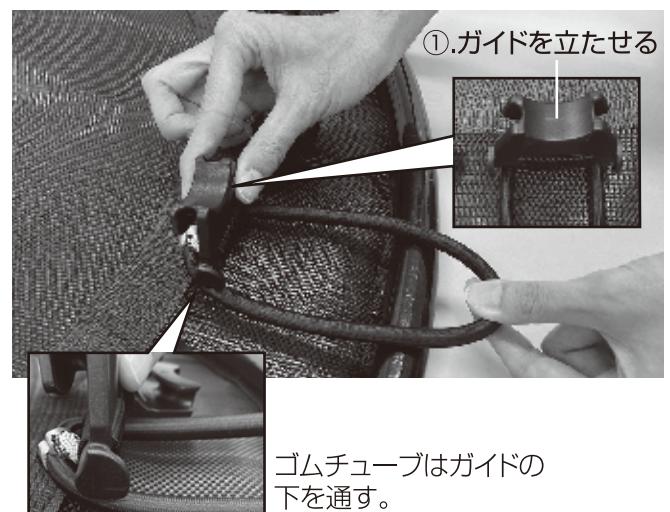
4)ベルト(内)を脚に通します。



6)本体フレームを少し持ち上げネットが本体フレームの下になるように整えます。



8)①.固定ガイドを立たせ、ゴムチューブはガイドの下を通します。



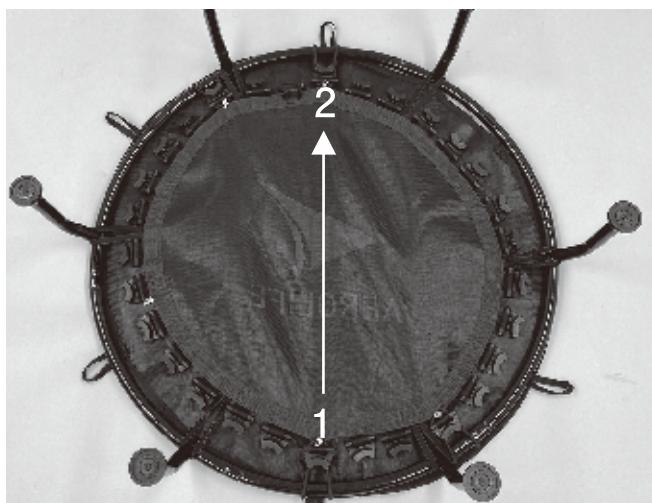
9)固定ガイドを手前に倒しゴムチューブはフレームの下を通します。



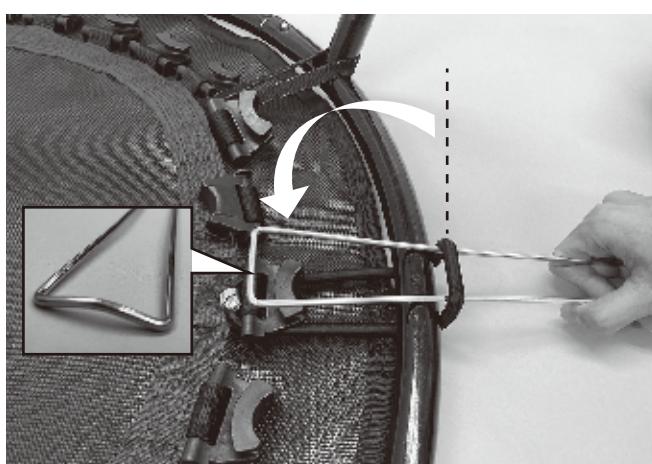
10)固定ガイド溝にゴムチューブを引っ掛け固定します。



11)2本目のゴムチューブは1本目の対角線上に取り付けます。
※2本目以降は工具を使って取り付けます。



13)組立工具を本体フレームを支点にして90°倒します。



12)本体フレームを少し持ち上げ、フレーム外側から組立工具(細い側)をゴムチューブに差し込みます。



14)組立工具の先端を固定ガイド溝に引っ掛けるように合わせます。

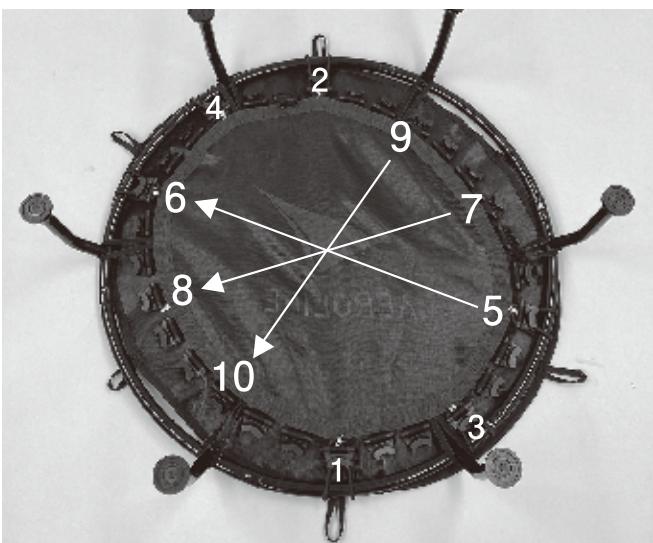


組立方法

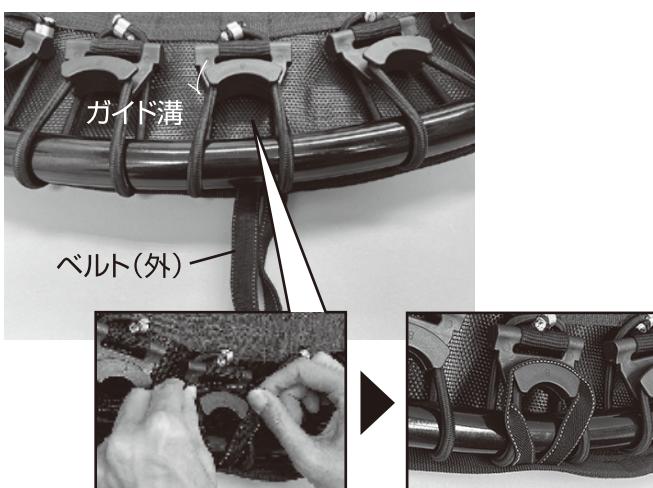
15)組立工具を180°回転させ、固定ガイド溝にゴムチューブを固定し、組立工具を外します。



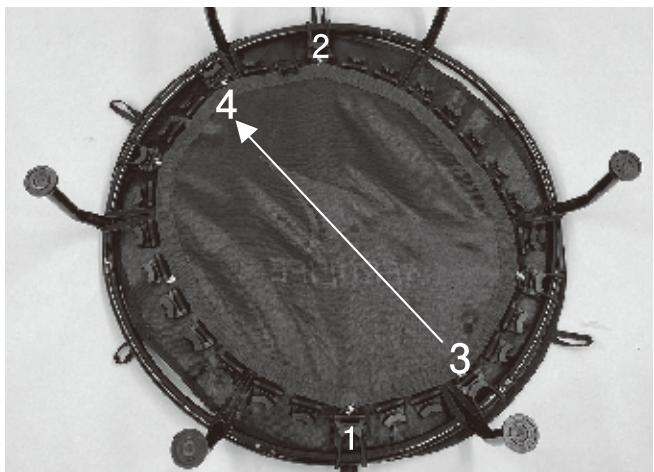
17)5本目以降のゴムチューブも対角線上に2つ隣りに取り付けます。



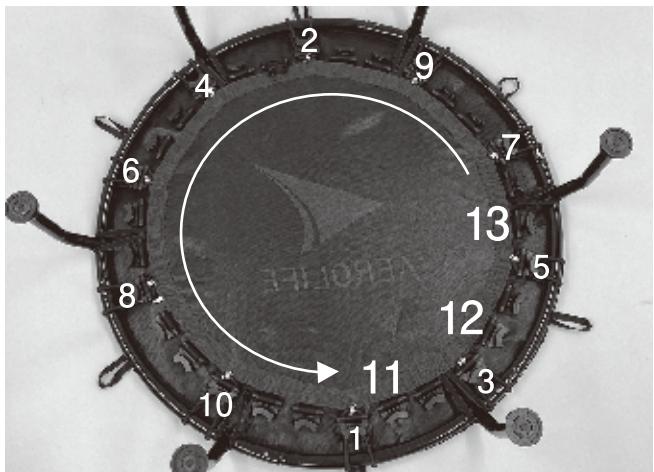
19)すべてのゴムチューブの取り付け後、ベルト(外)6本を固定ガイド溝のゴムチューブに重ねて引っ掛け、組立終了です。



16)すでにゴムチューブを取り付けた1本目、2本目ガイドの2つ隣りに3本目、4本目のゴムチューブを取り付けます。



18)11本目以降は残った固定ガイドに1箇所ずつ順番にゴムチューブを取り付けていきます。
※11,12,13…の様に取り付けたゴムチューブの隣から順に取り付けると作業しやすくなります。



20)組立直後は本体フレームに歪みがあり脚が浮いてしまう場合があります。本体フレームを上から押すか、20~30回(目安)ジャンプを行うことで自然に歪みは修正されます。

