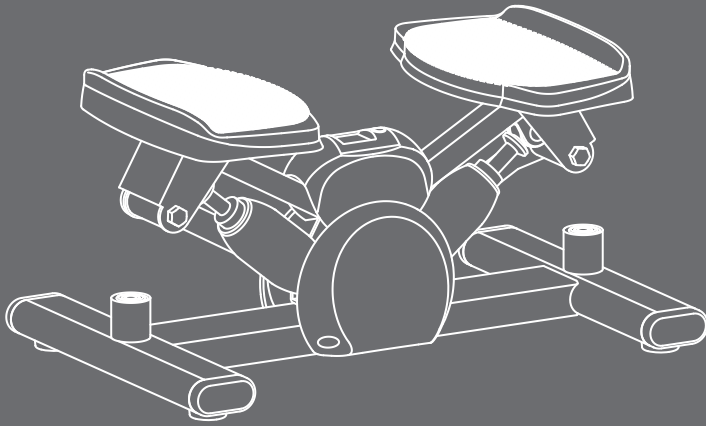




# Namamala

## エンジョイバランスステッパー NA6104 取扱説明書



この度は商品をお買い上げいただき、誠にありがとうございます。

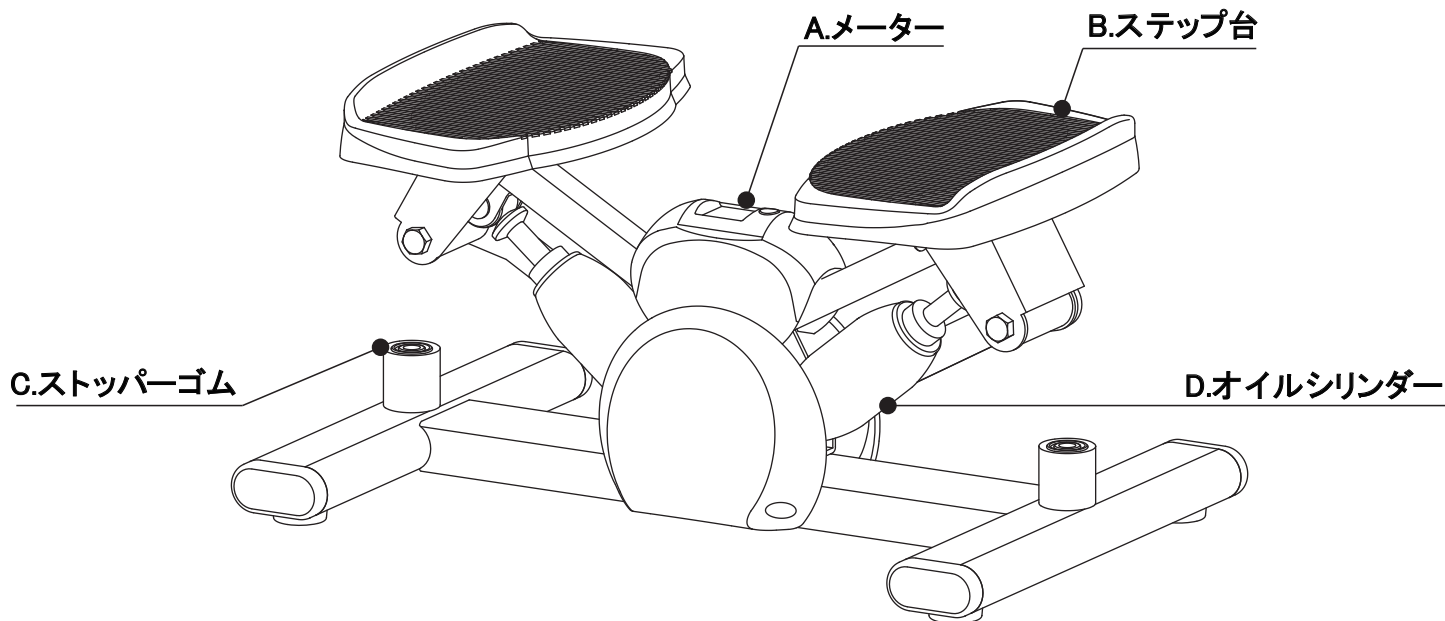
ご使用前にこの取扱説明書をよくお読みになり、記載されている注意事項、使用方法、組立方法をよく読み、正しくお使いください。

間違った方法で使用しますと重大な事故につながりますのでご注意ください。この取扱説明書は大切に保管してください。

### 使用上の注意

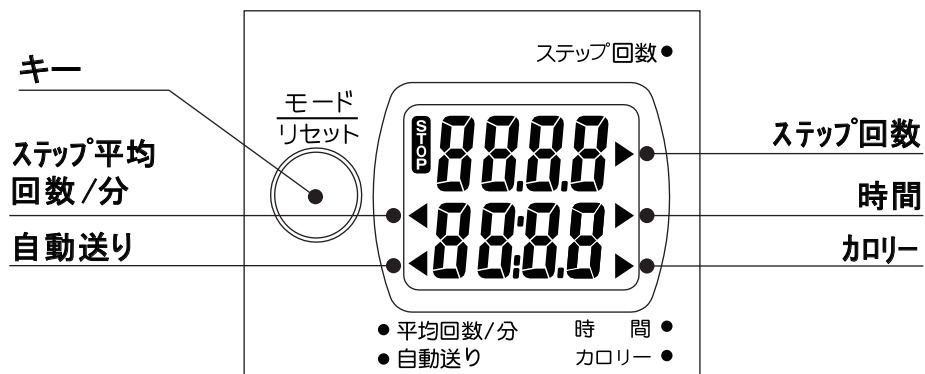
- 本製品は家庭用に作られた商品です。業務用として使用するのはおやめください。
- ステッパー運動以外の目的で使用しないでください。
- 耐荷重が100kgまでですのでそれ以上超過してる方は使用しないでください。
- 二人以上同時に使用するのは大変危険ですのでおやめください。
- 使用中に気分が悪くなった場合、すぐに使用を中止し、医師の診断を受けてください。
- ステップ台の上は滑りやすいので、スリッパや靴下等での使用はおやめください。
- 自分の体力に合った運動を心掛けてください。無理な運動は思わぬ事故を引き起こす恐れがあります。
- 飲食後の運動は避けてください。妊娠中や持病などお持ちの方はおやめください。
- 周りに危険のない、広く平坦な場所で使用ください。安全が確保できない場所で使用すると、重大な事故やケガを引き起こす恐れがあり、大変危険です。
- 小さなお子さんが勝手に遊ぶと大変危険です。保護者の方が十分に注意してください。
- 毎回使用する際は各所のねじに緩みがないか確認してください。異常が見られた場合はすぐに運動を中止してください。
- 火気のそばでは絶対に使用しないでください。バランスを崩したりして転倒すると大変危険です。また、熱により部品の変形などする恐れがありますのでおやめください。
- やり始めの運動はバランスを崩しやすいので、壁や手すりなどにつかまって行ってください。
- 床面を汚したり傷つける場合がありますので、必ずマットなどを敷いて運動を行ってください。
- 本製品を勝手に改造したりしないでください。故障の原因になります。
- カウンターに電池が同梱されております。動作確認用電池ですので、表示が薄くなったら、新しい電池と交換してください。
- 直射日光の当たる場所や浴室の湿気の多い場所で保管しないでください。サビやカビ、変色する恐れがあります。
- 汚れは、水で湿らせてよく絞った柔らかい布で拭き取るだけにしてください。シンナー、ベンジン等のアルコール類を使用すると変色の恐れがあります。
- レンタル業者、中古販売における他人への貸し出しや販売や譲渡によって発生した、損害・事故・各部品破損、劣化 においての責任は負いかねますのであらかじめご了承ください。

## 各部の名称・付属品



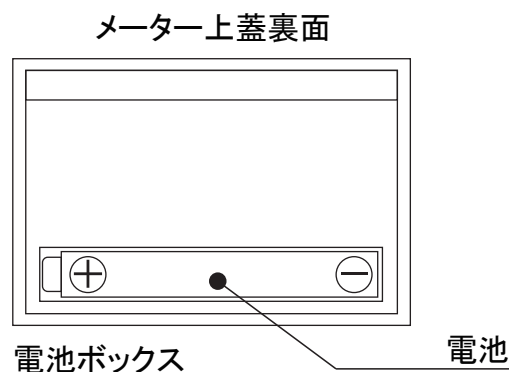
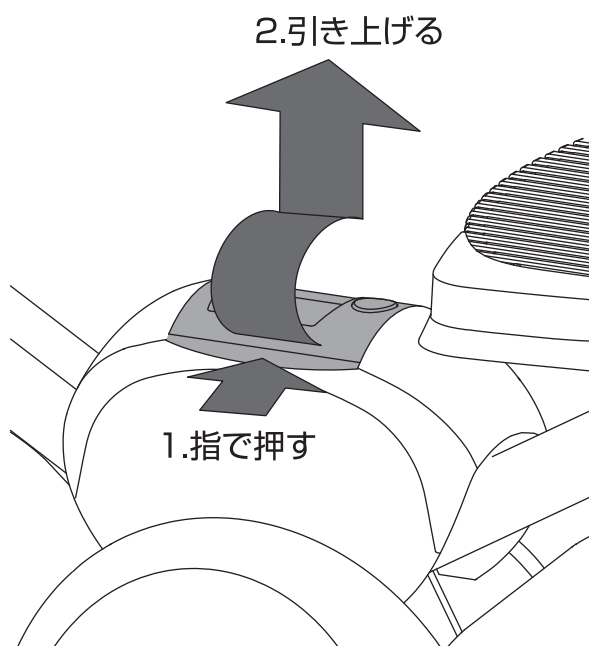
●付属品: A.取扱説明書 B.単4乾電池1本 C.専用マット

## メーター部の機能と表示



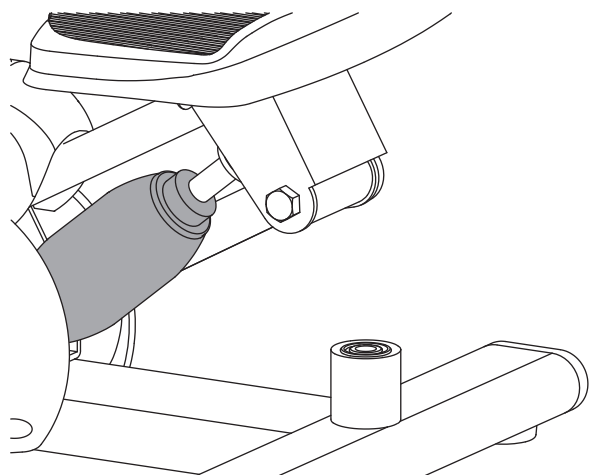
- 運動を開始するか、キーを押すと画面が表示されます。
- キーボタンを押すとカロリー⇒平均回数/分⇒自動送りの順に繰り返し表示します。
- 自動送りについて 平均回数⇒時間⇒カロリーを約4秒間隔で自動にモードを切替表示します。
- キーを約3秒間押し続けると全数値がリセットされます。
- オートパワーオフ機能: 運動終了後約4分間放置すると、自動的に表示画面が消えます。

## メーター電池交換について



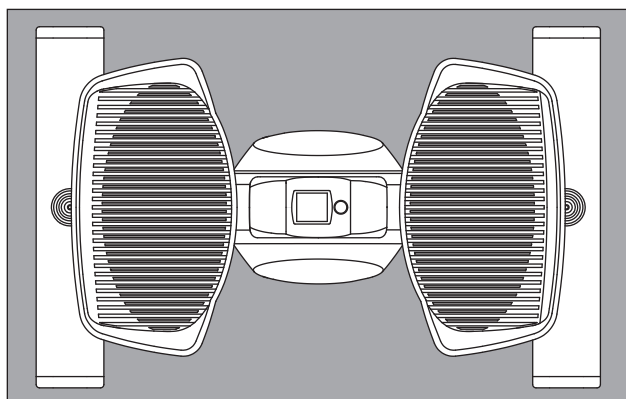
- 表示が薄くなりましたら、電池交換をお勧めいたします。
- メーターの蓋をあけ、上蓋裏面の電池を図のように間違えないよう入れ替えてください。
- 電池はプラス極とマイナス極の向きを正しく入れてください。
- ニッカド電池(充電式電池)は絶対使用しないでください。
- 長期保管の際は必ず電池を外してください。

## オイルシリンダーについての注意事項



- 商品使い始めはステップの動きが重く感じる場合がございます。  
これはオイルシリンダー内部の潤滑油が硬化することで発生いたします。しばらく踏込みをしていただきますと徐々に通常の動きに戻ります。
- オイルシリンダーは特性上、発熱やシューという音が発生します。あらかじめご了承ください。  
製品の使用上の問題はございません。但し、シリンダー箇所は高温になっている可能性がございますので、決して手を触れないでください。

## トレーニング上の注意点



- 使用する前に床や畳を傷つけないよう保護マットを敷いて使用してください。
- 運動始めはバランスを崩す恐れがあるので、壁や手すりにつかまって運動してください。
- 乗り降りする時は片足ずつ降り、高いステップ台の方から降りないようにしてください。バランスを崩し転倒する恐れがあります。
- 連続使用時間は60分です。それ以上連続で使用しないでください。60分ほど時間を置いてから使用してください。
- ステップ運動はストッパーゴムに着くまで踏み込まず、途中で止めるような感覚で行ってください。
- 負荷調節はありません。ステップ運動を小刻みに早くすることで、負荷がかかりより効果的です。