

この度は、本製品をお買い上げいただきありがとうございます。  
 ご使用になる前に、この取扱説明書をよくお読みの上、本製品を正しくお使いください。  
 お読みになった後は、いつでもご覧になれるよう大切に保管してください。  
 本製品は筋力トレーニング用の器具です。それ以外の用途では使用しないでください。

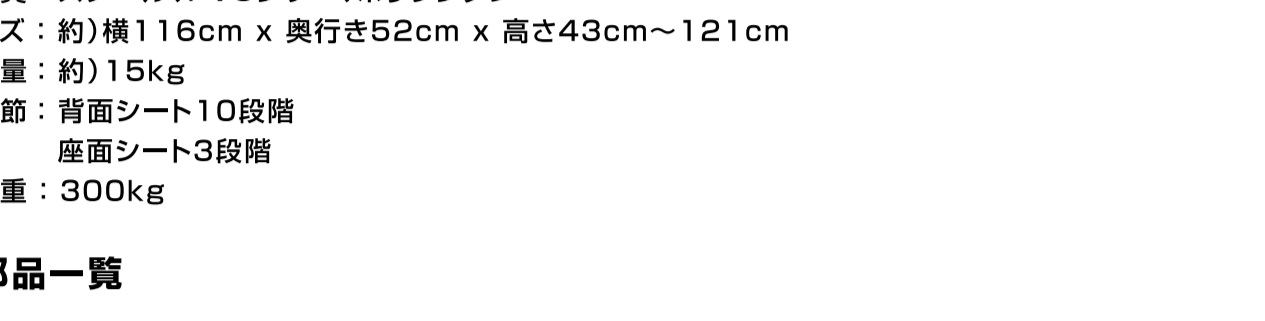
- ◆はじめに ※取扱説明書をお読みになる際の注意事項
- この取扱説明書の内容は、予告なく変更されることがあります。
- この取扱説明書の一部または全部を無断で複製することは、個人利用を除き禁止されております。また無断転載を固くお断りします。

GronG LINE公式アカウント  
 お得なクーポンや情報をGET

右記コードから  
 簡単友だち追加  
 または「@grong」で検索



◆各部の名称

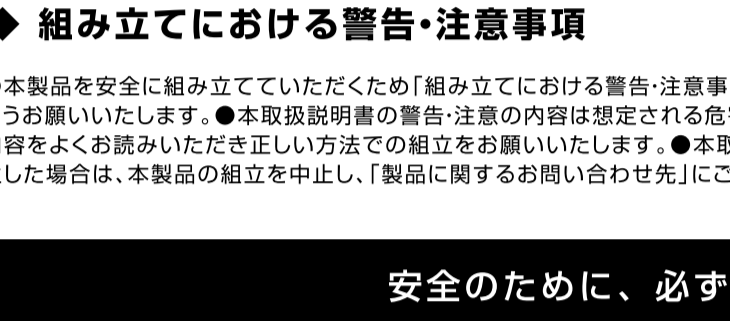
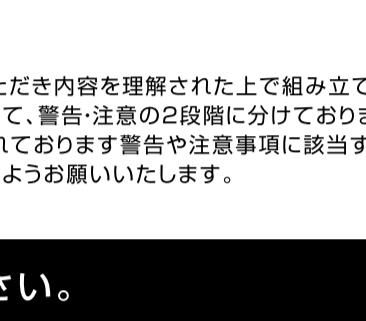
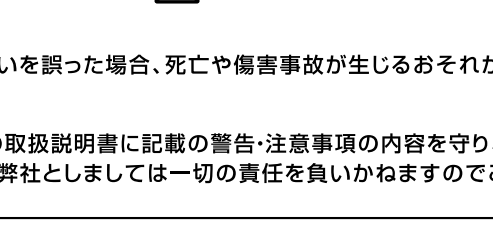
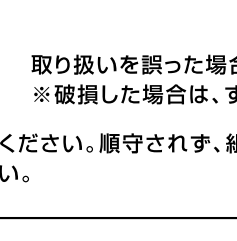
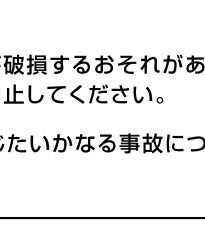


◆製品仕様

品名：マルチトレーニングベンチ  
 材質：スチール、PVCレザー、ポリウレタン  
 サイズ：約)横116cm x 奥行き52cm x 高さ43cm~121cm  
 重量：約)15kg  
 角度調節：背面シート10段階  
 座面シート3段階  
 耐荷重：300kg

◆部品一覧

- 組立前、各部品の外観に破損がないこと、また、付属品が揃っていることを確認してください。
- 各部品及び付属品は下記リストの内容です。不足などがある場合は、カスタマーサポートにご連絡ください。

 本体一式 x1	 土台 x1
 58mmボルト／ワッシャー／ナット x2 ※土台に仮止めされています	 ロックピン x1 ※本体に取り付けられています
	 固定ノブ x3 ※本体に取り付けられています

◆組み立てにおける警告・注意事項

●本製品を安全に組み立てていただくため「組み立てにおける警告・注意事項」をよくお読みいただき内容を理解された上で組み立てていただくようお願いいたします。●本取扱説明書の警告・注意の内容は想定される危害・損害の度によって、警告・注意の2段階に分けております。●記載内容をよくお読みいただき正しい方法での組み立てをお願いします。●本取扱説明書に記載されております警告や注意事項に該当する事象が発生した場合は、本製品の組み立てを中止し、「製品に関するお問い合わせ先」にご連絡をいただきますようお願いいたします。

安全のために、必ずお守りください。

<p>⚠ 警告</p> <p>取り扱いを誤った場合、死亡や傷害事故が生じるおそれがあります。</p> <p>※この取扱説明書に記載の警告・注意事項の内容を守り、組み立ててください。順守されず、組み立てら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ご了承ください。</p>	<p>⚠ 注意</p> <p>取り扱いを誤った場合、ケガや製品が破損するおそれがあります。</p> <p>※破損した場合は、すぐにご使用を中止してください。</p>
--	--

- 組立前に部品がボルトなどに変形や異常、または不足がないか、ご確認ください。●手や指を挟まないよう、注意をして作業をおこなってください。
- 安全のため軍手などを着用してください。●必要な部品を外したり、改造・分解しないでください。

- 組立前に部品が全て揃っているか、必ずご確認ください。●十分に広い場所で組み立ててください。●本製品は安定した水平な床で組み立ててください。●組立完了後、大きな揺らつきがないか必ずご確認ください。●カッターナイフなどの刃物や工具を使用する場合は、十分ご注意ください。
- 大人2人以上での作業を推奨しております。

◆組立手順

- 床に傷つかないように、マットなどで保護したうえで組立手順に従って組み立ててください。
- 各部の組立は指で締められる程度に仮止めし、全ての作業が終わった後、付属の工具などを使ってしっかりと締めつけてください。
- 必ず軍手などを着用し作業を開始してください。

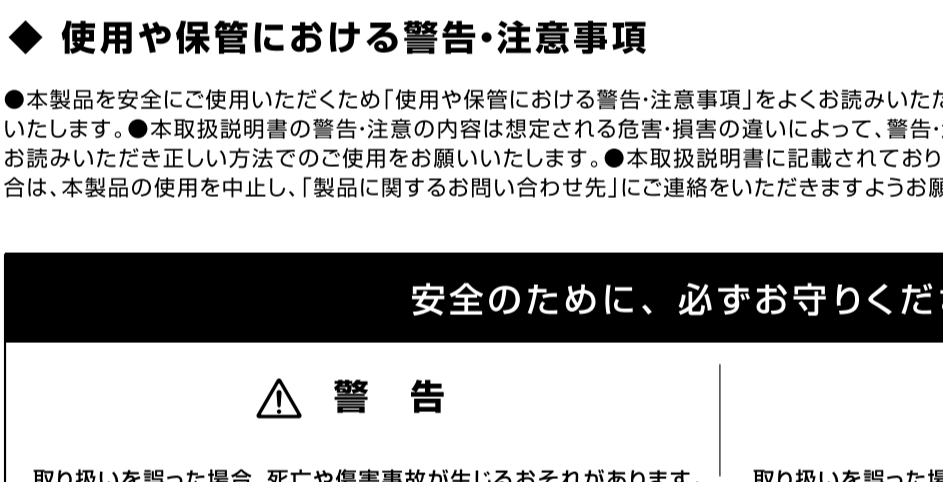
STEP.1 箱から商品を取り出します



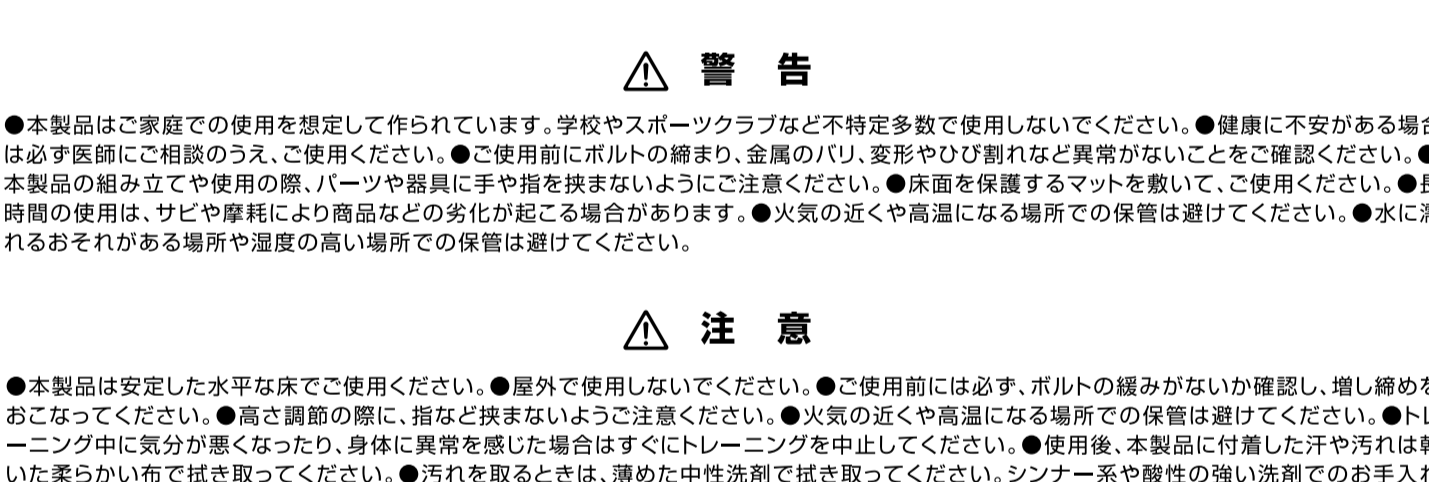
STEP.2 フロントスタンドを起こします



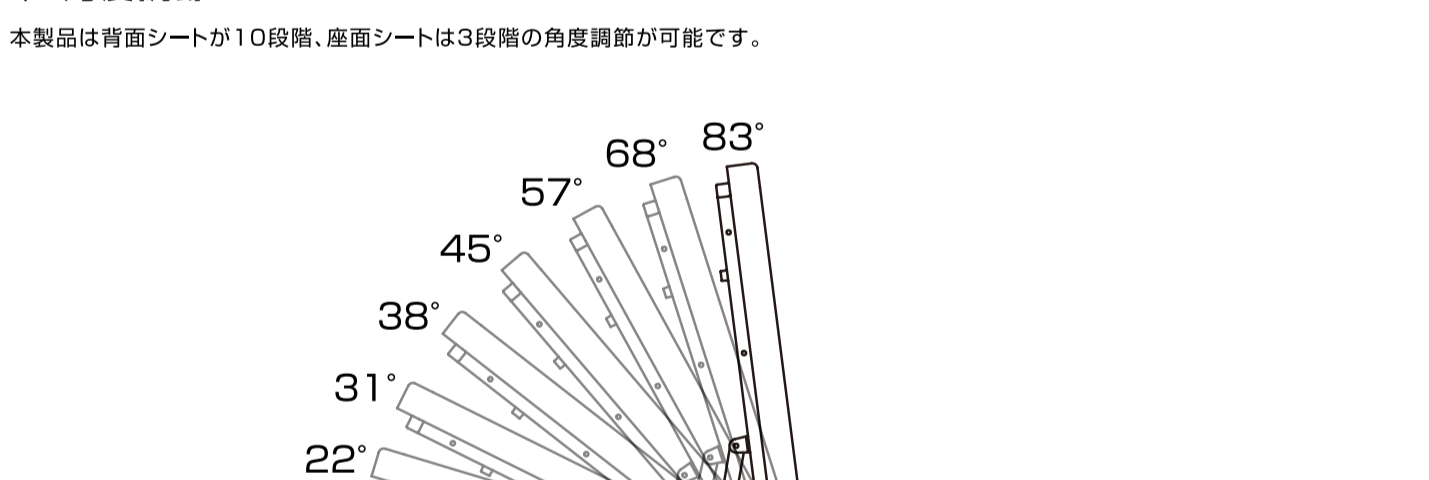
STEP.3 シートサポートバー(背面)を設置します



STEP.4 土台を取り付けます



STEP.5 製品を起こします



STEP.6 座面シートを固定します

⚠ 注意 現時点で座面シートは固定されていません。必ず下記の手順で座面を固定してから使用してください。



◆使用や保管における警告・注意事項

●本製品を安全にご使用いただくため「使用や保管における警告・注意事項」をよくお読みいただき内容を理解された上でご使用いただくようお願いいたします。●本取扱説明書の警告・注意の内容は想定される危害・損害の度によって、警告・注意の2段階に分けております。●記載内容をよくお読みいただき正しい方法での使用をお願いします。●本取扱説明書に記載されております警告や注意事項に該当する事象が発生した場合は、本製品の使用を中止し、「製品に関するお問い合わせ先」にご連絡をいただきますようお願いいたします。

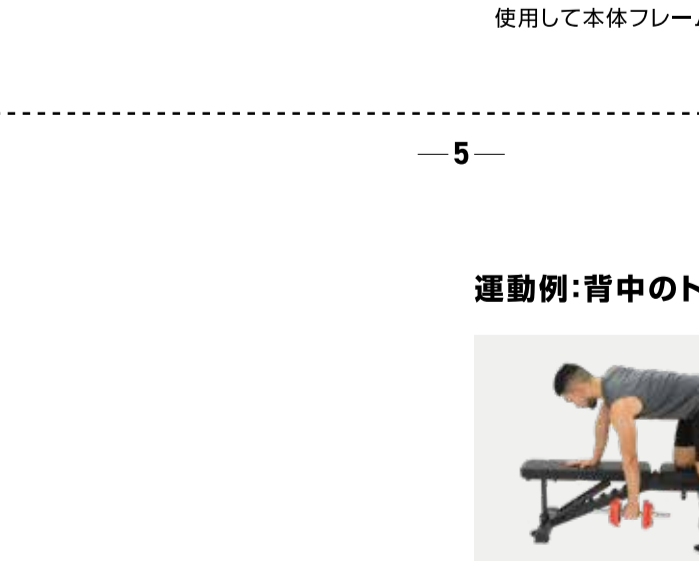
安全のために、必ずお守りください。

<p>⚠ 警告</p> <p>取り扱いを誤った場合、死亡や傷害事故が生じるおそれがあります。</p> <p>※この取扱説明書に記載の警告・注意事項の内容を守り、ご使用ください。順守されず、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ご了承ください。</p>	<p>⚠ 注意</p> <p>取り扱いを誤った場合、ケガや製品が破損するおそれがあります。</p> <p>※破損した場合は、すぐにご使用を中止してください。</p>
---	--

- 本製品はご家庭での使用を想定して作られています。学校やスポーツクラブなど不特定多数で使用しないでください。●健康に不安がある場合は必ず医師にご相談の上、ご使用ください。●ご使用前にボルトの締め、金具の入り、変形やひび割れなど異常がないことをご確認ください。●トレーニング中に気が悪くなった、身に異常を感じた場合はすぐにトレーニングを中止してください。●使用後、本製品に付着した汗や汚れは乾いた柔らかい布で拭き取ってください。●汚れを取るときは、薄めた中性洗剤で拭き取ってください。シンナー系や酸性の強い洗剤でのお手入れは避けてください。●長期間保管後、再び使用される場合は取扱説明書を再度ご確認ください。●また、サビの発生や部品の油汚れなど異常がないことを確認の上、ご使用ください。

◆角度調節

本製品は背面シートが10段階、座面シートは3段階の角度調節が可能です。



◆展開パターン

1. インクラインベンチ



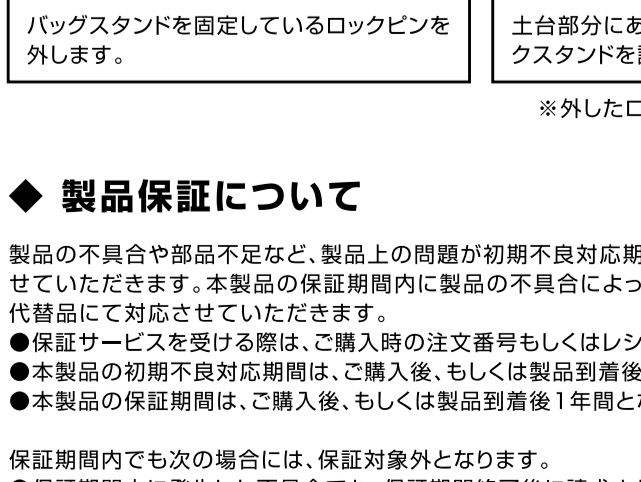
運動例: 胸上部のトレーニング



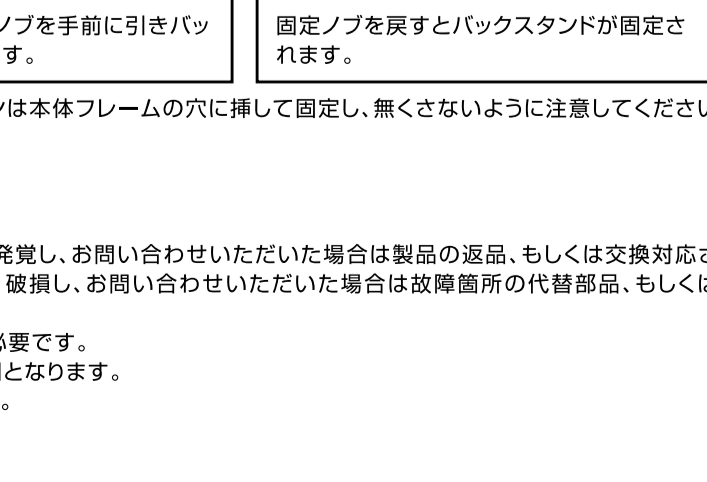
⚠ 注意

インクラインベンチとして使用する場合はバックスタンドはロックピンを使用して本体フレームに収納してください。

2. デクラインベンチ



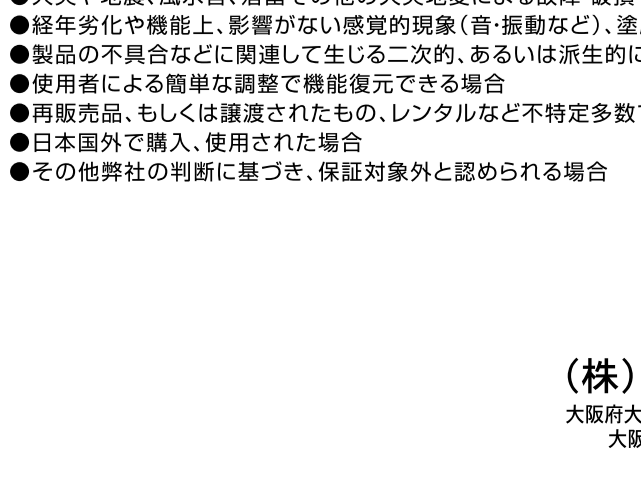
運動例: 胸下部のトレーニング



⚠ 注意

デクラインベンチとして使用する場合はバックスタンドはロックピンを使用して本体フレームに収納してください。

3. フラットベンチ



運動例: 背中のトレーニング



⚠ 警告

フラットベンチとして使用する場合はバックスタンドとシートサポートバーの両方を固定してください。

バックスタンドの固定方法



◆製品保証について

製品の不具合や部品不足など、製品上の問題が初期不良対応期間中に発見し、お問い合わせいただいた場合は製品の返品、もしくは交換対応させていただきます。本製品の保証期間中に製品の不具合によって故障・破損し、お問い合わせいただいた場合は故障箇所の代替部品、もしくは代替品にて対応させていただきます。

- 保証サービスの受領の際は、ご購入時の注文番号もしくはレシートが必要です。
- 本製品の初期不良対応期間は、ご購入後、もしくは製品到着後30日間となります。
- 本製品の保証期間は、ご購入後、もしくは製品到着後1年間となります。

保証期間内でも次の場合には、保証対象外となります。

- 保証期間中に発生した不具合でも、保証期間終了後に請求された場合
- ご購入時の注文番号、もしくはレシートなどで購入履歴が確認できない場合
- 推奨されていない使用方法、収納方法、保管方法による故障・破損
- 取扱説明書や本体ラベルなどの注意事項の内容と異なる使用
- お買い上げ後の移設、輸送、落下など、外部的要因による故障・破損
- 火災や地震、風水害、落雷その他の天災地変による故障・破損
- 経年劣化や機械上、影響のない感覚的現象(音・振動など)、塗膜の剥離を伴わない微細な傷
- 製品の不具合などに関連して生じる二次的、あるいは派生的に起こった損害、損失及び費用
- 使用者による簡単な調整で機能復元できる場合
- 再販売品、もしくは譲渡されたもの、レンタルなど不特定多数で使用された場合
- 日本国外で購入、使用された場合
- その他弊社の判断に基づき、保証対象外と認められる場合

製品に関するお問い合わせ先(カスタマーサポートセンター)

0120-099-969

受付 9:30~17:00(土日祝除く)

https://grong.jp/support/contact/form/

