

# バックアシスト腹筋ローラー クイックガイド

このたびは、本製品をお買い上げいただき誠にありがとうございました。  
クイックガイドをよくお読みのうえ、正しくお使いください。

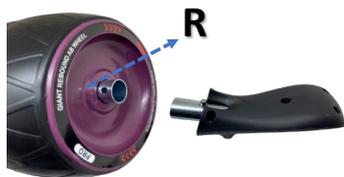
## 1. 付属品



## 2. 部品説明



## 3. 取り付け



① 右グリップ(R)を本体のR側に合わせる



② グリップロックを押しながら、本体の穴に押し付ける



③ 反対側も同じ方法で取り付ける

## 4. 使い方



進行方向

本体の側面に印刷されている矢印(>>>>)は進行向きです。その進行方法に合わせてご使用ください。

※逆方向で使う場合、本体を破損する恐れがあります。ご注意ください。

## 注意事項

この取扱説明書には、事故を防ぐための重要な注意事項と製品の取り扱い方が書かれています。

よくお読みの上、製品を安全に正しくお使いください。本製品をご使用中に生じたいかなる二次的損害についても補償いたしかねます。

- ・トレーニング以外の目的で使用しないでください。
- ・健康状態が良好であることを確認してください。健康上の問題がある場合や妊娠中の場合は、医師にご相談ください。
- ・腹筋ローラーの所有者は、ご使用する前にすべての使用者がすべての警告及び注意をよく理解していることを確認する責任があります。
- ・製品を平らな場所に置き、十分なトレーニングスペースを確保してください。
- ・床面の擦り傷を防ぐためにマットや薄い木板を下に敷いてください。ただし、塩などの柔らかい素材は避けてください。
- ・故障や事故の原因になりますので、改造は絶対に行わないでください。
- ・トレーニングの前後に十分なストレッチを行い、筋肉をほぐしてください。
- ・長期間使用しなかった場合は、製品に異常がないか特に確認してください。
- ・小学生以下または一人での運動が不安な方は、適切な方のサポートの下でご使用ください。
- ・製品に破損箇所等が見受けられた場合は、使用しないでください。

## サポート

当社では万全を期して製品の取扱説明書を作成しましたが、万一ご不便やご不都合などお気づきの点がありましたらサポート宛てにメールでご連絡ください。 お問い合わせ：[miraion@miraion.jp](mailto:miraion@miraion.jp)