



ZAMST

安全にご使用いただくために、必ずご使用前に  
本使用説明書をお読みください。またいつでも  
お読みになれるよう保管してください。

## 【ご使用にあたって】

- 本製品は使用状況によって、機能を発揮できない場合があります。
- 素材の特性上、保管状態により変色することがあります。
- 製品を使用する際には、ほつれや伝線に注意してください。
- 保管の際は、製品を強く押しつぶさないようにしてください。面ファスナーのつきが悪くなるおそれがあります。
- 専用ウエイトの表面に細かい傷がついていることがあります。品質には問題ありません。

## 【使用上の注意ー必ずお読みくださいー】

本使用説明書では、安全に関わる注意事項をその危険の大きさの程度に応じて次のように分類しています。

⚠警告…誤った使い方をすると、人が重傷を負う可能性がある内容

⚠注意…誤った使い方をすると、人が軽傷を負うか、または本製品以外の他の財物に損害を与える可能性がある内容

⚠警告	<ul style="list-style-type: none"><li>●異常の発生や症状の悪化を防ぐため、次の場合は使用しないでください。<ul style="list-style-type: none"><li>・アレルギー体質の方や皮膚が過敏な方。</li><li>・装着部に骨折、傷、しびれ、腫れ、湿疹などの異常がある場合。</li></ul></li><li>●次のことを必ず守って正しく使用してください。正しく使用しないと、血行障害や負傷事故の原因となります。<ul style="list-style-type: none"><li>・トレーニング以外の用途で使用しないでください。</li><li>・サイズの合った製品を使用してください。</li><li>・妊娠中または妊娠していると思われる場合は、医師に相談してください。</li><li>・装着手順に従って正しく使用してください。</li><li>・大腿ベルトやストラップをきつく締めすぎないでください。</li><li>・使用中にゆるんだりずれたりした場合は、正しく装着し直してください。また、長時間使用する場合は、過度の圧迫などに注意し、適宜装着し直してください。</li><li>・本製品が摩耗、損傷した場合や面ファスナーのつきが悪くなった場合は使用しないでください。</li><li>・本製品の加工、改造、修理を行わないでください。</li><li>・本製品の専用ウエイトは金属製です。負傷事故を防ぐため、人や物との接触がある場合は使用しないでください。</li><li>・過度な負荷となるため、規定枚数以上の専用ウエイトを使用しないでください。規定枚数はP.6の表のとおりです。</li><li>・規定枚数でも過度な負荷を感じる場合は、専用ウエイトを減らしてご使用ください。</li><li>・使い始めは違和感がある場合があります。違和感がなくなるまでは長時間の使用を控えてください。</li><li>・ファスナーは完全に閉めた状態で使用してください。</li><li>・専用ウエイトが落下すると大変危険なため、不安定になりやすい場所や環境で保管しないでください。</li></ul></li><li>●本製品の使用中、ケガ、骨折、痛み、しびれ、腫れ、湿疹などの異常が発生した場合は、ただちに使用を中止し、医師に相談してください。使用を続けると症状が悪化する原因となります。</li></ul>
-----	---

⚠注意	<ul style="list-style-type: none"><li>●面ファスナーには硬い素材を使用しています。まれに指や肌を傷つける場合がありますので注意してください。</li><li>●本製品は、素肌または肌着の上に装着してください。</li><li>●本製品は、汗や摩擦などにより色落ちや他の生地に移り染む場合があります。</li><li>●面ファスナーが衣類につかないように装着してください。ほつれや伝線の原因となります。</li><li>●専用ウエイトケースのポケットには、専用ウエイトを1か所につき2枚以上入れないでください。破損の原因となります。</li></ul>
-----	--

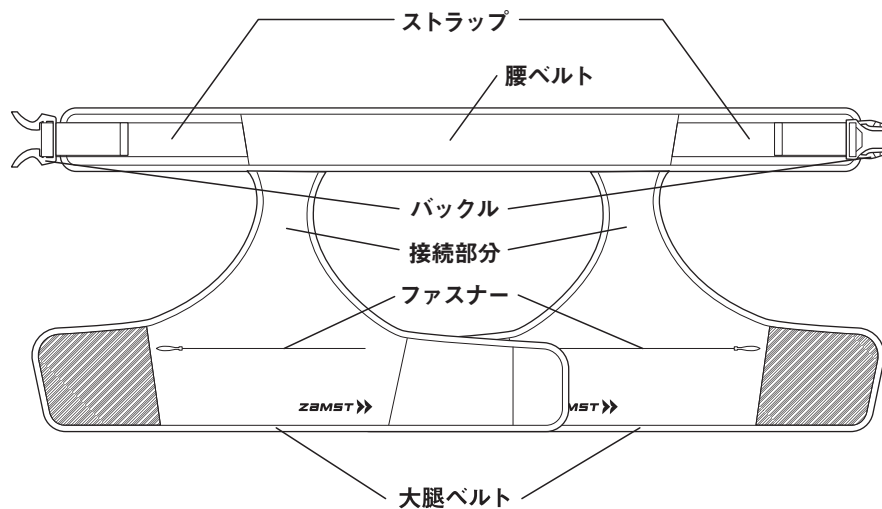
## 【お手入れ方法】

⚠警告	●ホルダー本体から抜いた専用ウエイトケースを再度入れ直すときは、上下を間違えないでください。専用ウエイトが落下する危険性があります。
⚠注意	●色の薄いものと一緒に洗濯しないでください。色落ちや他の生地に移り染む場合があります。

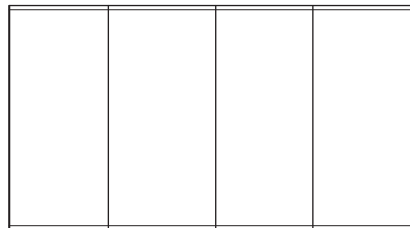
- 専用ウエイトは洗濯できません。汚れた場合には、濡らした布などで汚れをふき取ってください。薬品などは専用ウエイトをいためる原因となりますので使用しないでください。
- 洗濯の際は専用ウエイトケースから専用ウエイトを抜き、バックルをとめて洗濯してください。
- ホルダー本体と専用ウエイトケースは洗濯ネットに入れて、洗濯機で洗えます。洗濯後は日陰で吊り干しにしてください。
- 面ファスナーをとめて洗濯してください。とめずに洗濯すると、面ファスナーのつきが悪くなるおそれがあります。
- アイロン、塩素系漂白剤・酸素系漂白剤は使用しないでください。製品をいためる原因となります。
- 本製品はドライクリーニングできません。また、ウェットクリーニングはできませんがタンブル乾燥は避けてください。

## 【各部の名称】

### ▶ ホルダー本体

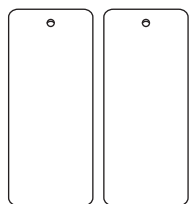


### ▶ 専用ウェイトケース



### ▶ 専用ウェイト (おもり)

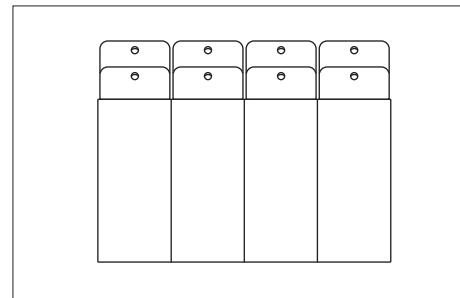
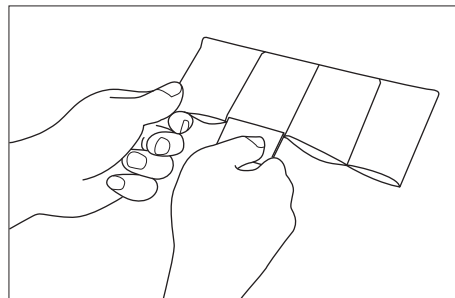
※1枚あたり約150g



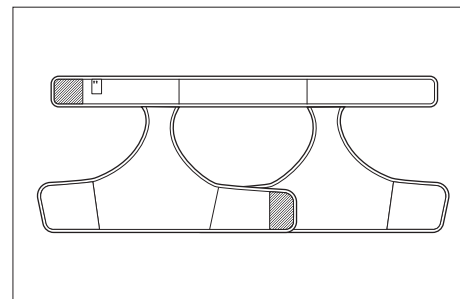
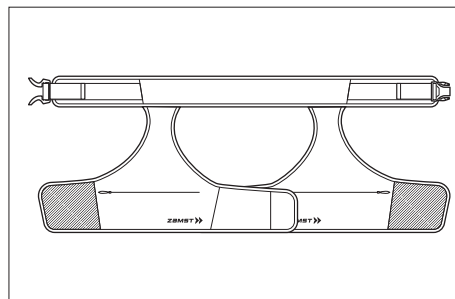
## 【装着手順】

●装着前に本使用説明書P.2の【使用上の注意—必ずお読みください—】をよく読んでから、手順通り正しく装着してください。

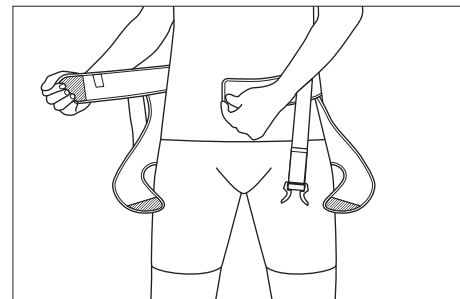
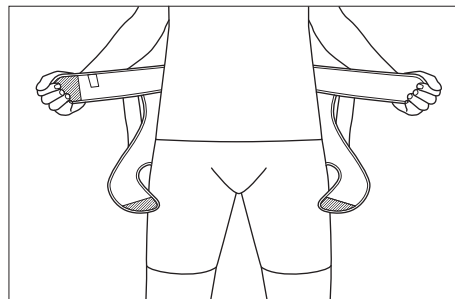
**1** 専用ウェイトケースに専用ウェイトを入れます。専用ウェイトの規定枚数は、P.6の表のとおりです。



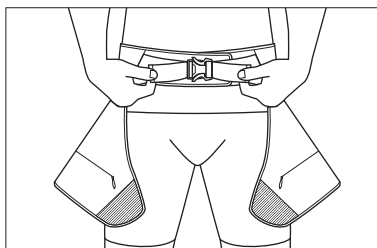
**2** 大腿ベルトのファスナーを開けてください。バックルに通されたストラップを緩め、バックルとホルダー本体の面ファスナーをすべて取り外し、製品の向きを確かめてください。タグの矢印の向きで上下を確認してください。



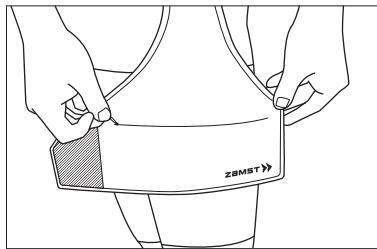
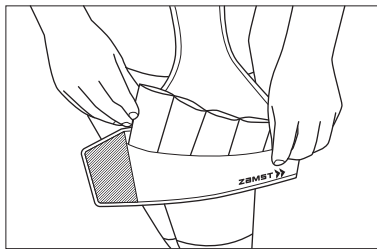
**3** 腰ベルトを腸骨(腰骨)の出ているラインに当て、大腿ベルトとの接続部分が身体の側面に来るように、腰ベルトを引っ張りながら面ファスナーをとめます。



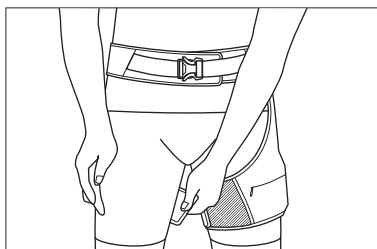
- 4** 腰ベルトのバックルを身体の前でとめ、左右のストラップを引っ張ります。



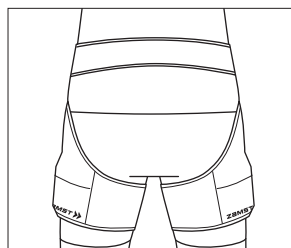
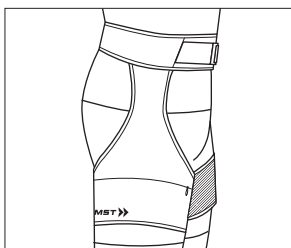
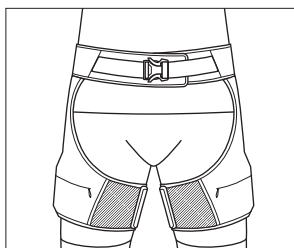
- 5** ①で用意した専用ウェイトケースの口が上になるようにして左右のポケットに入れ、しっかりとファスナーを閉じます。



- 6** 大腿ベルトを引っ張りながら大腿部に巻きつけ、大腿面ファスナーをとめます。



- 7** ゆるみやズレ、ねじれがないか、確かめてください。違和感がある場合は、再度、始めから装着し直してください。



## 【サイズ表】

### ▶ ホルダー本体サイズ

サイズ	適用範囲（太ももの太さ）	1箱入数
S	48cm ～ 52cm	1コ
M	52cm ～ 56cm	
L	56cm ～ 60cm	

### ▶ 専用ウェイトの規定枚数

体重	枚数 片脚（両脚）
40.0kg ～ 49.9kg	4枚（計8枚）
50.0kg ～ 59.9kg	5枚（計10枚）
60.0kg ～ 69.9kg	6枚（計12枚）
70.0kg ～ 79.9kg	7枚（計14枚）
80.0kg ～ 89.9kg	8枚（計16枚）

※本製品に専用ウェイトは14枚入っております。追加が必要な際は別売りをご購入ください。

## ●サイズの選び方



太ももの太さに合わせて選んでください。太ももの太さは太ももの一番太い部分を目安に計測してください。（左図参照）

計測値が2サイズのさかいになった場合は、大きい方のサイズを選んでください。

※お願い：本製品を廃棄する際は、各地方自治体の廃棄区分に従ってください。

※製品の仕様、外観などは改良のため予告なく変更することがあります。

※製品には万全を期しておりますが、万一不良などお気づきの点がございましたら当社までご連絡ください。

## 日本シグマックス株式会社

〒160-0023 東京都新宿区西新宿1-24-1 お客様窓口 TEL.0800-222-7122（通話料無料）  
受付時間：9時～17時（平日）※土日、祝日、年末年始を除く