

## トランポリン 取扱説明書

組立て動画



STEADY トランポリン 組立て動画



トレーニング動画



STEADY トランポリントレーニング動画



# ■安全にご使用いただくために

この取扱説明書は大切に保管してください。

この度は「トランポリン」をお買い上げいただき誠にありがとうございます。安全に正しくお使いいただくために、ご使用前にこの取扱説明書を必ずお読みください。

## 警告

- 1.取扱説明書をよくお読みいただき、内容を十分に理解された上でご使用ください。安全にご使用いただくために、本製品を組立てる際は取扱説明書に沿って組立て、本書に記載されている内容を守り、自己責任のもとでトレーニングを行ってください。本書記載の項目および注意事項を厳守されずにご使用されて生じたいた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あらかじめご了承ください。
- 2.安全のため、定期的には本製品の点検を行い、摩耗や損傷がないかご確認ください。
- 3.安全のため、取扱説明書の指示内容を守ってご使用ください。本製品の組立て時および点検時に、部品に異常が見つかった場合や、ご使用中に製品から異音が聞こえたら、直ちに使用を中断してください。これら異常について修理、改善されるまではご使用をお控えください。

## 安全上の注意事項

- 1.本製品を組立てる際は本書に記載の方法に従い、内容を守って取り付けてください。誤った方法で取り付けると、事故の原因になります。
- 2.製品は硬く水平な場所で組立て、使用してください。大人の方2名以上での組立てを推奨します。
- 3.ご使用のたびに、ボルトの緩みや異常がないかご確認ください。
- 4.ご使用前に破損などがいないか確認し、異常が発見された場合は使用を中止してください。怪我につながる恐れがあります。
- 5.体調が優れない時は使用しないでください。身体に疾患がある方、妊娠中の方は医師に相談してからご使用ください。ご使用中に体調が悪くなった場合は、すみやかに使用を中止して医師の診断を受けてください。
- 6.本製品の使用は健康な方を対象としています。治療目的としてのご使用には適しません。間違った使用方法や過度なご使用は健康を損なう場合があります。

## 使用中の注意事項

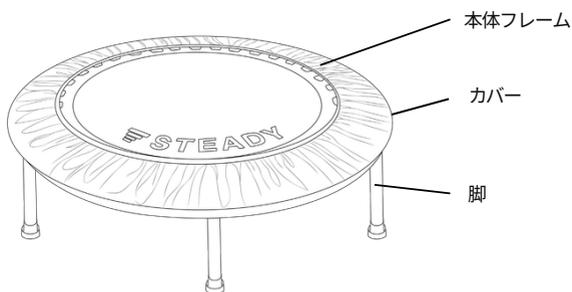
- 1.自己責任のもとでトレーニングを行ってください。記載の警告および注意事項を厳守されずにご使用されて生じたいたかなる事故につきましても、弊社は一切責任を負いかねます。
- 2.本製品を使用する際は、床への傷対策を行ってください。事故、怪我、床や家具などに破損が発生した場合でも、弊社では責任を負いかねます。
- 3.周囲に人がいないことを確認の上、安全な場所でご使用ください。特に小さなお子様がいらっしゃるご家庭では、製品のご使用と保管には十分注意してください。
- 4.小さなお子様やペットがいる場所でのトレーニングは避けてください。本製品は大人の方がご使用いただけるよう設計されています。小さな部品が含まれておりますので、誤飲にご注意ください。
- 5.お子様が本製品を使用する場合は、安全の確保のために大人の方が付き添ってください。
- 6.本製品は1人用です。使用中は使用者以外は製品に触れないようご注意ください。
- 7.使用中は巻き込みによる怪我を防ぐため、身体のサイズに合った運動着を着用してください。
- 8.使用中はメガネを着用しないでください。

## ■ お手入れと保管について

1. お手入れの際は、柔らかい布などで汚れを拭き取りご使用ください。
2. 製品を鋭いものや腐りやすいものの周りで使用しないでください。
3. 製品を直射日光の当たる場所や暖房機器の影響がある場所で保管しないでください。
4. 製品を水などで濡れた状態で使用しないでください。滑りやすくなるため怪我をする恐れがあります。柔らかい布などで水分を拭き取りご使用ください。

## ■ 製品の仕様

本体サイズ	直径約102cm×高さ約22cm
製品重量	約6.7kg
耐荷重	最大150kg



## ■ 梱包部品一覧表

1. 梱包を開けましたら、組立てを行う前に各部品が揃っているかご確認ください。
2. 不足している部品がある場合は、お手数ですがSTEADYカスタマーサポートまでご連絡ください。その際、下記部品名称をお知らせください（連絡先：P12）。
3. 不足している部品がある場合は、部品全てが揃うまでご使用をお控えください。
4. 仕様および外観は、改良のため予告なく変更することがあります。あらかじめご了承ください。

1. 本体フレーム 	2. カバー 	3. 脚×6 	4. 支柱×2※ 
5. 支柱ネジ(長)×2※ 	6. 支柱ネジ(短)×2※ 	7. 安全バー※ 	8. 安全バー※ (ストッパー側/ボタン付き) 

※は安全バー有りの製品に同相される部品です。安全バー無しの製品には同相されませんのでご了承ください。

## I 動画のご案内

YouTubeに動画をご用意しています。QRコードを読み取るか、YouTubeで検索してご確認ください。

### 組立て動画



### トレーニング動画



STEADY トランポリン 組立て動画



STEADY トランポリン トレーニング動画



### 組立て前に必ずご確認ください

1. 床材の凹みや傷を防止するため、組立て時は床へマットなどを敷き、その上で作業してください。組立て後は水平で安定した床面の上に設置し、毛足の長いカーペットや不均一な表面に置かないでください。
2. 製品を開封後、匂いが気になる場合はカバーを日陰干ししてください。
3. 本製品は組立て・分解・折りたたみ時に部材の反発力が生じるため、**必ず大人2人以上で作業してください。**
4. 取扱説明書に定める手順・保持位置・周囲の安全確保を守らない場合、部材が人体に接触して打撲などのケガにつながるおそれがあります。作業時は以下の注意を必ず守ってください。
  - ・製品に顔を近づけない
  - ・反動方向に立たない
  - ・指定の保持位置を両手で確実に保持する
  - ・周囲に作業員以外の人・ペットがいないことを確認する
5. ご使用前には毎回、各部品が緩みがなく固定されているか必ずご確認ください。緩みがあると、ガタつきやグラツキの原因となる場合があります。

# I 組立て手順

1

本体を平らな場所に置きます。



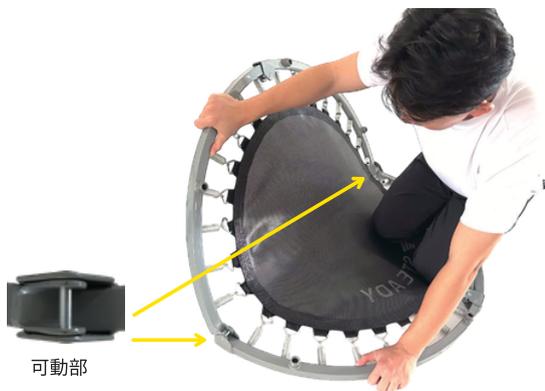
2

本体を半円に広げます。



3

本体の下半面を手で固定しながら、上半面をもう片方の手で押し倒し、折り畳まれた状態から開きます。



可動部に指を挟まないようにご注意ください。開きにくい場合は、腕の力だけでなく、体全体で徐々に体重をかけるように押し開いてください。

4

本体にカバーを取り付けます。脚を取り付けるための6箇所の突起部を、カバーの穴に合わせながら被せていきます。

 カバーを取り付ける際、破れないようにご注意ください。



5

本体に脚を取り付けます。

 脚がカバーを噛まないようご注意ください。カバーが破れる原因となります。



6

本体を上下にひっくり返します。



## 分解/折り畳み手順

1

本体を上下にひっくり返し、脚を全て取り外します。



2

カバーを取り外します。



 カバーを着けたまま本体を折り畳まないでください。カバーが破れる原因となります。

3

本体を折り畳みます。可動部に触れないように、右手を11時、左手を8時の位置に置きます。本体のフレーム部分をしっかりと持ちながら、後ろへ体重をかけ本体を引き起こします。



4

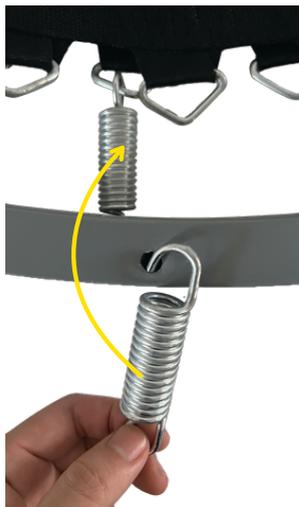
半円状に畳まれたら、さらに半分に折り畳みます。



## ■ スプリングが外れてしまった場合の取り付け手順

1

本体の外側からスプリングを取り付け、時計回りに回します。



2

三角の金具の向きを90°回します。スプリングに金具を通し、スプリングを取り付けます。



## 安全バーがある場合の組立て手順

1

安全バーを安全バー(ストッパー側/ボタン付き)と接続します。



**!** ストッパーに指を挟まないようにご注意ください。

3

1.を支柱に挿し込みます。高さは3段階に調整可能です。



2

本体に取り付けた脚のキャップを外し、支柱を取り付けます。



**!** カバーを着けたまま本体を折り畳まないでください。カバーが破れる原因となります。

4

支柱上部に支柱ネジ(長)を、支柱下部に支柱ネジ(短)をそれぞれ2箇所ずつ取り付けます。



支柱下部



支柱上部

※安全バーを分解する場合は、組立て手順と逆の方法で取り外してください。

## トレーニングについて

トレーニング動画をご用意しております。  
QRコードよりご覧ください。



トレーニング動画

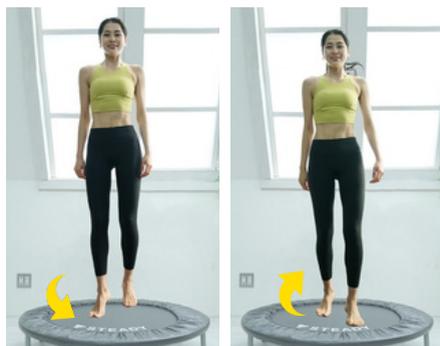
### 1. スモールジャンプ

ウォーミングアップを兼ねて、足を軽く開き身体をほぐすイメージで飛びます。  
止まらないようにジャンプを続け、2分間を目安に行います。



### 2. スイッチ

ジャンプをする度に、脚を前後に入れ替えて跳びます。リズム良く、トランボリンの幅をいっぱいに使います。  
無理のないペースで始めて、慣れてきたら2分間を目安に行います。



### 3. 回転ジャンプ(数回で一回転)

初めは小さめに、数回のジャンプで1周回転します。  
体のバランスが崩れないよう、右回り左回り、どちらの方向でも跳ぶようにします。  
慣れてきたら高いジャンプで回転をしてみて、より少ない数で1周します。回転を取り入れることで、体幹をより鍛えることができます。  
無理のないペースで始めて、慣れてきたら2分間を目安に行います。



#### 4.ツイストジャンプ

腰を左右にひねりながら跳びます。大きく飛びすぎず、リズム良く小刻みに飛びながら、体をひねります。体幹周りを鍛え、特にお腹の横にある斜筋を効果的に引き締めることができます。

無理のないペースで始めて、慣れてきたら2分間を目安に行います。



#### 5.ハイタッチジャンプ

跳んだときに一番高いところで頭の上で手を叩きます。通常のジャンプに上半身の動作を加えることにより、全身を効率的に使えます。リズム良く何度も跳ぶことで、上半身が更に引き締まります。

無理のないペースで始めて、慣れてきたら2分間を目安に行います。



#### 6.開脚ジャンプ

高く跳びながら脚を開きます。通常のジャンプと比べ大きく飛ばないと、脚を広げて閉じる動作ができません。体幹部や、太腿の引き締めにも効果的です。呼吸が乱れる場合は、他の動作を行います。

無理のないペースで始めて、慣れてきたら2分間を目安に行います。



#### 7.ダッシュ

トランポリンの上で勢いよく走ります。手を大きく振り、脚を高く上げ、大きな動作を意識することでより負荷を高めることができます。負荷が高く難しいため、無理に走って怪我をしたり、トランポリンを破損したりしないようご注意ください。

はじめは10~20秒を目安に行い、無理のないペースで行います。



## 不具合と感じたら

組立て時、本体が開かない	腕の力だけでなく、体全体で徐々に体重をかけるように押し開いてください（参考：P4）。
部品同士が連結できない	組立て後の安定性とグラつきを防ぐための設計により、一部の部品において連結しにくい場合があります。組立てが難しいと感じられた場合はSTEADYカスタマーサポートへご連絡ください。スムーズな組立て方法をご案内させていただきます（参考：P12）。
本体がガタつく	脚が緩んでいる場合があります。きつく締め直してください。
スプリングが外れた 三角の金具が回転している	お客様自身で取り付けし直していただくことができます（参考：P7）。組立て動画も併せてご確認ください。
スプリングが壊れた カバーが破れた	トランボリンカバー、スプリングは消耗品です。使用により摩耗が生じ、使用頻度により劣化の進行が異なります。これらは無償交換対象外となりますので、あらかじめご了承ください（参考：P13）。
カバーに皺がついている	カバーは柔らかい素材を使用しているため、配送中に凹みや皺がつくことがあります。時間の経過とともに解消されますので、ご安心の上、ご使用ください。
開封直後から製品に傷が付いている	使用上問題がない程度の傷、塗装剥がれ、塗装ムラが発生する場合があります。不良品ではありませんので、返品・交換の対象外となります。あらかじめご了承ください。
カスタマーサポートに 電話で問い合わせたい	050-5369-0949までおかけください。受付時間は平日9:00~17:00となります（参考：P12）。

# ■ カスタマーサポートへ連絡したい場合

ご不明点やご質問がございましたら、いつでもSTEADYカスタマーサポートまでご連絡ください。

## LINEでのお問い合わせ



”購入後ご相談“をタップし、  
お問い合わせ内容を入力してください。



## お問い合わせフォームでのメール送信

お名前、メールアドレス等をご入力の上、  
送信ボタンをクリックしてください。



## STEADY カスタマーサポート連絡先 & 営業時間

受付時間：平日 9:00～17:00（土日祝日・お盆・年末年始を除く）

050-5369-0949 / support@steadyjapan.zendesk.com

※金曜17:00以降ならびに土日祝日に頂いたお問い合わせは、休業日明けの翌営業日より順次ご返信いたします。回答までお時間を頂戴いたしますが、あらかじめご了承ください。

# アフターサービスについて

## 保証期間

- ご購入日より365日間となります。公式LINEからご注文番号のご登録でよりスピーディーなサポートが可能です。
- 保証期間内に取扱説明書に従ってご使用になっていた場合、保証適用外の事項に該当しない場合は無償交換が可能です。
- 保証期間が過ぎた場合は、仕入れが可能な部品に限り有償にて部品交換させていただきます。



## 保証適用外の事項

- 取扱説明書に記載されている組立て方法、使用方法、保管方法、取り扱い方法以外のご使用により不具合や事故が発生した場合
- 仕様の範囲内と判断された場合（駆動音、製造過程で生じる気泡、折れ、細かな汚れ、輸送中の小傷や擦れなど）
- 輸送中に外箱や梱包材が破損した場合でも、製品に不具合が生じていない場合
- 中古品のご購入や公式サイト/公式販売モール以外でご購入した場合（有償での対応は可能）
- ご自身での修理や改造などが見受けられる場合
- 地震、火災、台風、落雷などの天災、薬品、酒、水、石、塩分など、外から受ける要因による不具合や事故が発生した場合
- 未開封、未使用に関わらず保証期間を過ぎた場合

## STEADYカスタマーサポートへのお問い合わせ方法

- 不具合が疑われる場合や交換をご希望の場合はSTEADYカスタマーサポートまでお問い合わせください（参考：P12）。
- お問い合わせの際には、不具合が疑われる箇所の画像もしくは動画を添付してください。

## 注意事項

- 製品の不具合などによりお客様に生じた機会損失や金銭的損害については弊社では責任を負いかねます。
  - 保証期間内の製品で不具合と判断した場合は、基本的に部品交換の対応を取らせていただきます。出張サービスや業者手配による設置、組立て、解体、梱包、修理等は原則対応しておりません。
- ※ **トランポリンカバー、スプリングは消耗品です**。使用により摩耗が生じ、使用頻度により劣化の進行が異なります。これらは**無償交換対象外**となりますので、あらかじめご了承ください。
- ※消耗品を別途販売しております。消耗品の交換をすることによって製品を長期的にご使用いただけます。

こんにちは。STEADYカスタマーサポートです。  
お客様の声を元に、みなさまが笑顔に  
なれるよう努めることが私たちの使命です。  
これからも一緒に歩んでいけるように。  
“STEADY応援係サポーター” 小島 一生

