STEADY

懸垂バー

取扱説明書

取り付け動画

YouTube

STEADY 懸垂バー 組立て方法

トレーニング解説動画

YouTube

STEADY 懸垂バー トレーニング方法

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「懸垂バー」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、本製品を取り付ける際は取扱説明書に沿って取り付け、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になった場合に生じたいかなる事故につきましても、弊社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. 定期的に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. 本製品の取り付け時および点検時に、部品に異常が見つかった場合は、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。
4. 製品を破棄される際には、各自治体の規定に従って破棄してください。

安全のための注意事項

1. 本製品をご使用になる前に、次に該当する場合は、使用前に必ず医師にご相談ください。 医師の治療を受けている方 / 健康状態に異常を感じている方 / 安全なご使用に支障をきたす可能性のある方 / 心拍数 / 血圧、コレステロール値に影響する投薬を受けている方
2. 次のような症状が出た場合は、運動を中止し、医師にご相談ください。身体の痛み / 胸部の圧迫感 / 動悸 / 息切れ / めまい / 吐き気
3. 小さなお子様やペットのいる場所でのトレーニングはお避けください。
4. 16歳未満の方は使用しないでください。本製品はトレーニングやストレッチ用に設計されておりますが、お子様の遊具や鉄棒としての使用を想定しておりません。製品の仕様を理解した上でご使用いただけない場合、誤った使用により製品の落下リスクが高まり、重大な事故・怪我の原因となります。
5. 耐荷重は、ショートタイプとロングタイプいずれも**最大150kg**です。
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。

取り付け時の注意事項

1. **「懸垂バー」を設置する前に設置環境を調べ、設置位置が製品の強度や使用中に発生する力に耐えられることを確認してから設置してください。また、設置箇所に「懸垂バー」の長さが適切であることを確認してください。**
2. 強度の弱い壁、壊れやすい壁、ふすまや障子、中が空洞のドアフレーム、タイル壁、クロス壁、薄いパネルなどには設置しないでください。また、ペンキやその他の塗装が施されている壁に懸垂バーを取り付けると、取り外す際に壁の一部が剥がれる可能性があります。
3. **設置場所に凹み、穴、傷、汚れなどが発生した場合は、取り付け可能部分・取り付け不可部分に関わらず保証できかねます。あらかじめご了承ください。**
4. ご使用前に、P2「懸垂バーの長さ / 耐荷重表」を参考に「懸垂バー」の長さに応じた重量が耐荷重範囲を超えていないことをご確認ください。

使用前の注意事項

ご使用前は毎回、ワンタッチロックが確実に固定されているか必ずご確認ください（参考：P6）。

製品の仕様について

	ショートタイプ	ロングタイプ
本体サイズ	約72cm～90cm	約90cm～114cm
製品重量	約2kg	
耐荷重	最大150kg （ご使用の長さにより異なります。必ず下記の耐荷重表をご確認ください。）	

懸垂バーの長さ / 耐荷重表

安全のため、ショートタイプは最大90cm、ロングタイプは最大110cmまでの範囲内でご利用ください。それ以上の長さで使用すると、耐荷重が急激に低下し、ご使用中に製品が落下する可能性があります。

ショートタイプ：約72cm～90cm	
懸垂バーの長さ	耐荷重
72cm	150kg
75cm	150kg
80cm	130kg
85cm	100kg
90cm	75kg
95cm	10kg

ロングタイプ：約90cm～114cm	
懸垂バーの長さ	耐荷重
90cm	150kg
95cm	150kg
100cm	130kg
105cm	100kg
110cm	75kg
114cm	50kg
120cm	10kg

お手入れの方法について

- 長く本製品をご愛用いただくために、日々のお手入れを心がけてください。
- 汚れやほこりは、乾いた柔らかい布などで拭き取ってください。汚れが落ちない場合は、中性洗剤を薄めて拭き取ってください。

使用手順

- 梱包を開けましたら、取り付けを行う前に製品をご確認ください。
- 初期不良などが疑われる場合は、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（連絡先：P9）。
- 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。

YouTubeに動画をご用意しています。
QRコードを読み込んでご覧ください。

組立て動画

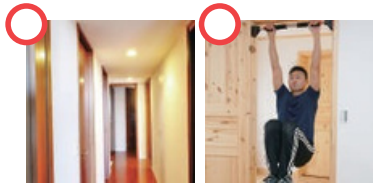
STEP 01

懸垂バーを取り付ける壁を確認します

懸垂バーは構造壁（建物を支える役割を持つ壁）に設置可能です。場合によって、壁に凹みや穴が生じる可能性があります。万が一、壁に凹み、穴、傷などが発生した場合、取り付け可能部分・取り付け不可部分に関わらず保証はできません。あらかじめご了承ください。

【取り付け可能な壁】

幅4.7cm、長さ8cm以上の設置スペースが確保できる構造壁



【取り付け不可部分】

強度の弱い壁、壊れやすい壁、ふすまや障子、中が空洞のドアフレーム、タイル壁、クロス壁、薄いパネルなど

⚠ ペンキやその他の塗装が施されている壁に懸垂バーを取り付ける場合は、取り外す際に壁の一部が剥がれる可能性があります。

⚠ 設置場所に凹み、穴、傷、汚れなどが発生した場合、取り付け可能部分・取り付け不可部分に関わらず保証できかねます。あらかじめご了承ください。

STEP
02 懸垂バーを取り付けます

- P4〜5に掲載されている画像の懸垂バーは「ロングタイプ」です。ご購入いただいた製品や購入時期によっては、仕様および外観が一部異なる場合がありますが、取り付け手順は同じです。
- ショートタイプにはロゴがありませんが、ロングタイプにはロゴがあります。

1 壁またはドアフレームの間に懸垂バーを合わせます。

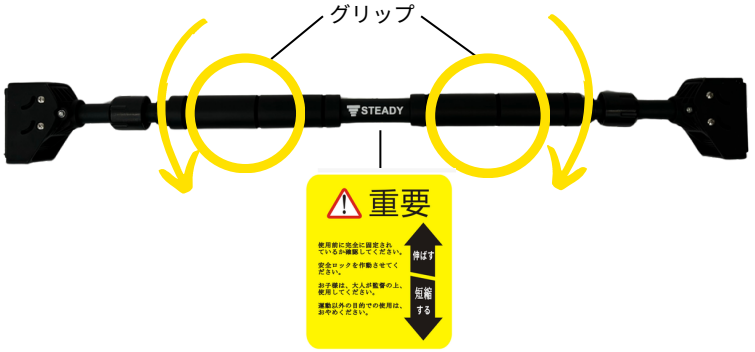
2 ワンタッチロックが外れた状態で、両端のヘッド部分を回しながら**懸垂バーの左右の長さが均等になるよう**伸縮させます。

⚠ **懸垂バーの左右の長さが均等でない場合、壁にかかる力が偏るため、取り付けが緩んだり、壁が損傷したりする恐れがあります。**
⚠ **ヘッド部分の片側だけを伸ばした場合、もう片側のワンタッチロックが外れなくなる場合があります。**

3 添付画像を参照し、ヘッドの上下の向きと本体の中央側面のラベルの向きを確認します。ヘッドと懸垂バーを床に対して平行な状態で壁に取り付けます。

4

懸垂バーが動かなくなるまでグリップ部分を回します。懸垂バーが回らず取り付けができない場合は、グリップのスポンジ部分のみが回転している可能性があります。その場合は、スポンジ部分を強く握った状態でバーを回してください。



ラベルの向きに従って回す

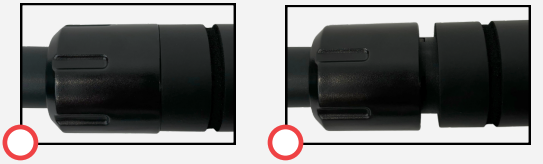
5

ワンタッチロックをグリップに挿し込み固定します。

⚠ ワンタッチロックが奥まではまらない場合

ワンタッチロックが奥まではまりきらず隙間が生じる状態でも、**懸垂バーが回らずロックがかかっている状態であれば、強度・安全性に問題はありません。**設置幅によって、ワンタッチロックとグリップの間に数ミリの隙間や、左右で非対称に見える場合があります。仕様上の構造となりますので、安心してご使用ください。隙間が気になる場合は、グリップ部分のスポンジ部分を動かして調節してください。

懸垂バーを回し、固定されているかご確認ください



どちらの状態でも問題なくご使用いただけます

STEP
03 安全を確認します

ご使用を始める前に、必ず**懸垂バーの状態を確認してください。**

1 懸垂バーを回し、**ワンタッチロックが確実に固定されているか確認してください。**ワンタッチロックで固定されていない場合、製品が回転して落下の原因となります。

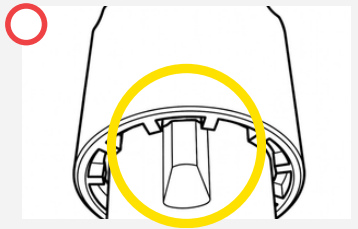
2 落下防止のため、両端のヘッド部分と懸垂バーが**床に対して平行に取り付けられていることを確認してください。**

3 懸垂バーに全体重をかけてぶら下がり、**懸垂バーが動かないことを確認してください。**

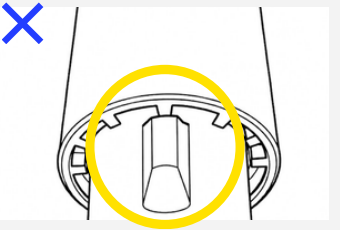
⚠ ワンタッチロックがガタつく、しっかりと噛み合わない場合

グリップ側の本体を少し回し、再度ワンタッチロックを挿し込んでください。内部の凹凸が正しく噛み合い、しっかりと固定されます。
伸縮の度合いによっては、一時的にカチッとはまらない箇所が存在しますが、内部の噛み合わせによる仕様です。不具合ではありません。
また、ワンタッチロックが確実に挿し込まれていれば、グリップに多少の動きや遊びがあってもバーが縮んで落下することはなく、安全にご使用いただけます。

接続部分の内部の凹凸が噛み合っている状態



噛み合っていない状態



よくあるご質問・トラブルシューティング

設置場所が分からない	本製品は幅4.7cm、長さ8cm以上の設置スペースが確保できる構造壁（建物を支える役割を持つ壁）に設置いただけます。強度の弱い壁、壊れやすい壁、ふすまや障子、中が空洞のドアフレーム、タイル壁、クロス壁、薄いパネルなどには設置いただけません。また、ペンキやその他の塗装が施されている壁に懸垂バーを取り付ける場合は、取り外す際に壁の一部が剥がれる可能性がありますのでご注意ください（参考：P3）。
子どもは使用できる？鉄棒や遊具として使える？	16歳未満の方は使用しないでください。本製品はトレーニングやストレッチ用に設計されておりますが、お子様の遊具や鉄棒としての使用を想定しておりません。製品の仕様を理解した上でご使用いただけない場合、誤った使用により製品の落下リスクが高まり、重大な事故・怪我の原因となります。（参考：P1）。
ワンタッチロックが外れない	ヘッド部分の片側だけを伸ばしていないか確認してください。伸ばしていない側のワンタッチロックが外れなくなる場合があります。ヘッド部分は左右均等に伸縮させてください（参考：P4）。
懸垂バーの左右の長さを均等に設置できない	壁に取り付ける前に、両端のヘッド部分を回しながら懸垂バーの左右の長さが均等になるよう大まかに調節してください。壁に取り付けながら左右の長さを調節すると不均等になる場合があります。左右の長さが不均等の場合、壁にかかる力が偏るため、取り付けが緩んだり、壁が損傷したりする恐れがあります（参考：P4）。
ワンタッチロックが奥まではまらない	設置幅によっては、ワンタッチロックとグリップの間に数ミリの隙間が生じたり、左右で非対称に見える場合があります。 ワンタッチロックが奥まではまりきらず隙間が生じる状態でも、**懸垂バーの芯部分が回らずロックがかかっている状態であれば、強度・安全性に問題はありません。**仕様上の構造となりますので、安心してご使用ください。隙間が気になる場合は、グリップのスポンジ部分を動かして調節してください（参考：P5）。
ロックがガタつく、しっかりと噛み合わない	**グリップ側の本体を少しだけ回してから再度ワンタッチロックを挿し込んでください。内部の凹凸が正しく噛み合い、しっかりと固定されます。**伸縮の度合いによっては、一時的にカチッとはまらない箇所が存在しますが、内部の噛み合わせによる仕様です（参考：P6）。
	ワンタッチロックが確実に挿し込まれていれば、グリップに多少の動きや遊びがあってもバーが縮んで落下することはなく、安全にご使用いただけます。ロックがかかっているかの確認方法はP5をご覧ください。

懸垂バーが回らない	懸垂バーが回らず取り付けができない場合は、グリップのスポンジ部分のみが回転している可能性があります。スポンジ部分を強く握った状態でバーを回してください（参考：P6）。
設置後に落下する	以下をご確認ください（参考：P6）。 ・ワンタッチロックが確実に固定されているか ・懸垂バーが床に対して平行の状態で取り付けられているか
使用前の注意事項は？	ご使用により、固定が徐々に緩む場合があります。ご使用前は毎回、本製品がしっかり固定されているか必ずご確認ください。全体重をかけた状態で以下をご確認ください（参考：P6）。 • 懸垂バーの芯部分が動いたり回転したりしないこと • ワンタッチロックと本体の接続部分が噛み合い、固定されていること
グリップ部分が回転する	• グリップのスポンジ部分は、位置調節のために動く仕様となっています。 • ワンタッチロックで固定する前の状態では、本体の金属部分も回転します。万が一、ワンタッチロックを固定している状態でも芯部分が動く場合は、不具合の可能性があります。そのままご使用になると怪我や事故の原因となる可能性があるため、STEADYカスタマーサポートまでご連絡ください（参考：P9）。
長さを間違えて購入した	ご購入から30日以内の場合は、お客様都合による返品・交換が可能です。未開封かつ未使用の場合は製品の代金（税込）を全額返金、開封済みの場合は半額を返金します。詳細はSTEADYカスタマーサポートまでご連絡ください（参考：P9）。
ロゴシールが剥がれている	気温の上昇により、ラベルが剥がれやすくなる場合があります。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（参考：P9）。ロングタイプのみ本体の中央側面にロゴがあり、ショートタイプにはロゴがありません。
電話で問い合わせしたい	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：P9）。

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ありましたら、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うえ、
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

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取り付け方法、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：P9）。
- 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。

⚠ **本製品の設置と使用により、設置面や壁に凹みが生じたり穴が空いた場合でも、弊社では一切保証できかねますのであらかじめご了承ください。**

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

STEADY

© STEADY JAPAN, Inc. All Right Reserved.

ST124-S-B_v00-03
ST124-S-BR_v00-03
ST124-L-B_v00-00
ST124-L-BR_v00-00