

TVI-002 PRO 振動マシン 取扱説明書

保証書在中

目次

目次	02	付属品の使用・機能拡張について	16
はじめに	02	故障かな?と思ったら	18
同梱品のご確認	02	製品メンテナンス	19
安全上のご注意	03	製品仕様	19
各部の名称&設置方法	07	保証規定	19
操作の仕方	09	保証書	20
アース線の取り付け方	11		
トレーニングの方法	11		

はじめに

この度は弊社製品をお買い上げいただきまして誠にありがとうございます。製品を安全に正しくご使用していただくため、お使いになる前に取扱説明書を必ずお読みください。また、お読みになった後は、いつでも見られるように取扱説明書を大切に保管してください。

- 1.本書の内容につきましては、予告なしに変更する場合がありますので、ご了承ください。
- 2.本書の内容につきましては万全を期しておりますが、万一お気づきの点、またはご不明な点などがありましたら、ご購入の販売店までお問い合わせください。
- 3.お客様が分解、改造を行った場合、責任をおいかねますのでご了承ください。
- 4.本書の内容の一部あるいは全部を無断で複製することは禁止されております。

同梱品のご確認

製品本体× 1

電源ケーブル× 1

リモコン× 1

アース止め用金具× 1

エクササイズバンド× 2

取扱説明書&保証書(本書)× 1

専用グリップ(TVG-001)× 2

※万一、不足していたり、破損していた場合や同梱の専用 USB ケーブル を紛失、破損の際は、弊社までお問い合わせください。

安全上のご注意

本書に記載の警告及び注意事項を必ずお読みになって、記載の注意事項を厳守しながら使用してください。

 警告	この表示を無視して誤った取扱いをした場合、使用者が死亡または重傷を負う場合が想定される内容を示しています。
 注意	この表示を無視して誤った取扱いをした場合、使用者が傷害または物的損傷を負う場合が想定される内容を示しています。
	この表示は「禁止」を示しています。
	この表示は「厳守」を示しています。

警告

 <p>本製品は家庭用のフィットネス機器です。学校・ジム・業務用など、不特定多数の方が使用する場所での使用はおやめください。</p>	 <p>運動中に身体を壁や柱にぶつけないよう、広い場所に設置してください。</p>
 <p>本製品は遊具ではありません。小さいお子様やペットが誤って使用しないようご注意ください。また、小さなお子様やペットの近くで使用する際は大人の方が十分に安全に配慮してください。</p>	 <p>直射日光の当たる場所や湿気の多い場所、熱器具の近く、屋外には設置しないでください。感電・漏電・発火の原因になります。</p>
 <p>本製品の使用体重制限は最大 120kg です。体重が 120kg を超える方は使用しないでください。機器故障や事故の原因になります。</p>	 <p>本製品の「設置時」「使用時」「移動時」に本体の隙間に手、指などを挟まれないようにご注意ください。</p>
 <p>本製品の連続使用時間は最大 15 分。過度の使用はケガや事故原因になります。ご使用後必ず 15 分間以上休憩してください。</p>	 <p>設置が完了するまでは、電源プラグをコンセントに差し込まないでください。また、本体を持ち上げる時には、必ず電源プラグをコンセントから抜いてください。</p>
 <p>本製品を持ち上げる際には、必ず両手で持ち上げて下さい。</p>	 <p>本製品に付属のエクササイズバンド / 専用マット、専用チェア以外のものを取り付けしないでください。本製品を改造、もしくは部品を取り外した状態で使用された場合、重大な事故を起こす恐れがありますので絶対にしないでください。</p>



警告

	<p>本製品は健康の維持・増進を目的とした製品であり、健康な方を対象としています。次に該当する方は本製品を使用しないでください。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・医師が使用を不適当と認めた方 <p>次に該当する方は必ず医師に相談の上、ご使用ください。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・医師の治療を受けている方や、特に身体の異常を感じている方 ・知覚障害のある方 ・生理中や、妊娠中、または妊娠の疑いのある方 ・皮膚疾病のある方 ・血行障害、血管障害など循環器に障害を持ちの方 ・骨粗しょう症など骨に異常のある方 ・心臓に障害のある方 ・ペースメーカーなどの体内植込型医療用電気機器を使用している方 ・呼吸器障害をお持ちの方 ・高血圧症の方 ・内疾疾患（胃炎、肝炎、腸炎）などの急性症状のある方 ・悪性の腫瘍のある方 ・リウマチ症、痛風、変形性関節炎などの方 ・過去の事故や疾病などにより背骨に異常のある方や背骨が曲がっている方 ・腰痛（椎間板ヘルニア、脊椎すべり症、脊椎分難症など）のある方 ・リハビリテーション目的で使用される方 <p>上記以外に身体に異常を感じているとき</p>	
     	<p>ご使用前には都度、各部の部品が完全に固定されていること、本体にひび割れなどの破損がないこと、エクササイズバンドに破損や消耗がないことを必ずご確認ください。</p> <p>付属のエクササイズバンドを使った運動を行う前には、バンドに傷がないこと、バンドが確実に固定されていることをご確認ください。</p> <p>本製品は1人用です。複数人で使用しないでください。</p> <p>本製品は室内専用の商品です。</p> <p>本製品は家庭用の商品です。</p> <p>本製品は業務用機器ではありません。</p>	 <p>本製品の使用中には、同時に他の機器を併用しないでください。</p> <p>本製品への巻き込みを防ぐため、運動中は体のサイズに合った運動着を着用し、ゆったりした余裕のありすぎる衣服は避けてください。また、指や髪の毛などの巻き込みにご注意ください。</p> <p>ピンやボールペン、アクセサリなどをポケットに入れたまま、身につけたままでの運動は絶対にしないでください。</p> <p>本書に記載している使用方法以外では使用しないでください。特に、頭部に振動を与えるような使用方法はおやめください。体調不良の原因になります。</p> <p>本体の上に立って使用される場合、膝を伸ばしたまま使用すると、頭が強く揺れ体調不良の原因になります。また、膝への負担も大きくなります。</p>    

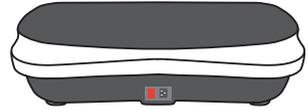
         	<p>初めてご使用される方、高齢者の方、車に酔いやすい方は負荷の軽い運動から初めてください。振動に慣れてきたら徐々に負荷をあげてご使用ください。</p> <p>健康のため食後の運動は避けてください。また、飲食・喫煙をしながらや、飲酒後の運動はしないでください。</p> <p>体調が優れないとき、眠気があるときは使用しないでください。</p> <p>次のような症状が出た時は、運動を中止してください。(めまい、ふらつき、冷えや汗、顔面蒼白、失神、嘔吐、心拍の乱れ、動悸、胸の圧迫感、けいれん、腿・靱帯の痛み、骨折、その他心身の異常)</p> <p>本体の動作中は操作パネル・振動面以外の本体に触れないでください。また、本体の隙間には動作中以外でも絶対に手やものを入れないでください。</p> <p>動作中の乗り降りしないでください。必ず振動面に乗ってから動作させてください。また、降りる際も停止させてから降りてください。</p> <p>電圧が異なるコンセントや電源を使用しないでください。</p> <p>使用時には、必ず次の手順を守ってください。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 本体メイン電源スイッチが OFF になっていることを確認する。 2. 本体に電源コードの本体側プラグをしっかり接続する。 3. コンセントに電源プラグを差し込む。 4. 本体電源スイッチを ON にする。 5. 本体の振動面に乗ってから作動させる。 <p>使用終了時には、必ず次の手順を守ってください。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 本体を停止させてから、本体から降りる。 2. 本体メイン電源スイッチを OFF にする。 3. コンセントから電源プラグを抜く。 4. 本体から電源コードの本体側プラグを抜く。
        	<p>電源は 1 つのコンセントから取ってください。複数の配線を繋げたタコ足配線はおやめください。</p> <p>電源コード上に本体や重量物を載せないようにご注意ください。また、電源コードに圧力がかかるような設置(電源コードが引っ張られた状態や、電源コードを無理に曲げてしまうような設置)はしないでください。断線やショート、感電、漏電、発火の原因になります。</p> <p>使用中は振動面の中心に重心がくるように左右均等に体重をかけてください。飛び跳ねる、片足立ち、一方的に体重がかかるようなアンバランスな使用はしないでください。故障や事故の原因になります。</p> <p>使用中に本体が傾くほど前後左右に振動を与えたり、周囲の人が使用者や本体を押したり引いたりしないでください。安定性を損ない重大な事故の原因になります。</p> <p>本製品に毛布などをかけて使用しないでください。</p> <p>コンセントから電源プラグを抜き差しするときには、濡れた手で触ったり、電源コードを引っ張ったりしないでください。また、電源コードや電源プラグが痛んだままやプラグの差し込みが緩んだ状態で使用しないでください。</p> <p>正常に動作しない時、異常を感じた時はすぐにコンセントから電源プラグを抜き、使用を中止してください。</p> <p>使用時以外でも、雷が鳴り出した時には、電源プラグをコンセントから抜いてください。</p> <p>電源プラグは、定期的にはほこりなどを取り除いてください。</p>

 <p>取扱説明書及び保証書は、大切に保管されますようお願いいたします。紛失された場合は、再発行しかねることがあります。</p>	<p>設置前には部品が揃っていること、本体にひび割れなど破損がないことを必ずご確認ください。もし、部品不足や破損がある場合は、お手数ですが弊社までご連絡ください。</p> <p>本製品は必ず屋内でご使用ください。屋外や倉庫、ベランダや軒下などチリやほこり、砂、ペットの毛などが多い場所、浴室など湿度の高い場所、熱器具の近くには設置しないでください。断線やショート、感電、漏電、発火の原因になります。</p> <p>設置完了後、過度な傾き、ぐらつきがないことを必ずご確認ください。</p> <p>本製品は床面に振動が伝わります。深夜・早朝の使用や、階下や隣室への配慮をお願いします。</p> <p>本体には、特にご注意いただきたい内容をラベルにして貼り付けています。ラベルをはがしたりしないでください。</p> <p>小さなお子様や取扱説明書、警告ラベルの内容が理解できない方が一人で本製品に触れ、誤動作をしないように十分ご注意ください。誤った操作は事故の原因になります。</p> <p>お手入れ・保管の際には、必ず本体電源スイッチを切り、電源プラグをコンセントから抜いてください。</p> <p>リモコンは、電池の液漏れによる事故を防止するため、長期間（1週間以上）使用しない場合は電池を抜いて保管してください。</p>	 <p>本製品は必ず屋内に保管してください。小さなお子様やペットがいる場合は、必要に応じて梱包をほどこしてください。また、直射日光が当たる場所や高温・多湿な場所には保管しないでください。サビや傷み、故障、部品劣化の原因になります。</p>	 <p>弊社指定の修理技術者以外の方が本製品を分解したり、改造・修理したりしないでください。事故や故障の原因になります。</p>  <p>万一、故障その他のトラブルが発生した場合には、弊社までご相談ください。</p>  <p>本製品を長期にわたりご使用いただくため、定期的に汚れなどを拭き取ってください。また、汚れが落ちない場合は、中性洗剤のうすめ液で拭きとってください。</p>  <p>本製品は、各部に樹脂を使用していますのでシンナーや漂白剤、強い洗剤でのお手入れはおやめください。</p>  <p>長期間ご使用になられますと、サビや消耗により部品などの劣化が起こる場合があります。</p>  <p>長期間保管され再び使用される場合は、本書の記載事項を再確認のうえご使用ください。また、長期間使用されなくとも、油切れ及びサビの発生などが予想されますので、本書の記載事項を確認し、しばらく試運転を行って異常がないことを確かめてからご使用ください。</p>  <p>環境保護のため、廃棄する場合は各自治体の取り決めに従ってください。</p>
--	--	--	---

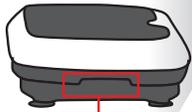
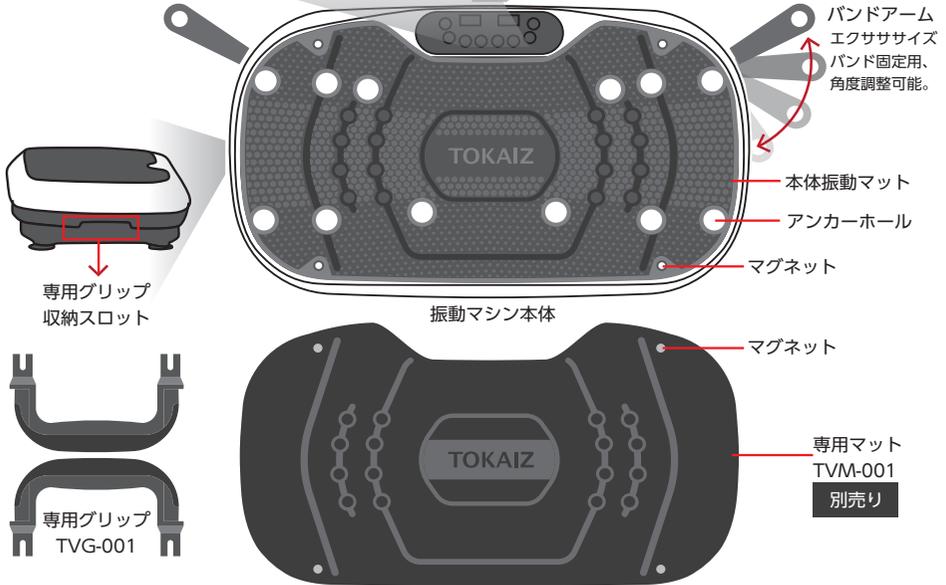
各部の名称・設置方法

操作パネル

- a. 時間+
- b. 時間 / モード表示
- c. 受信機
- d. 速度表示
- e. 速度+
- f. 時間-
- g. 電源
- h. プログラム
- i. スタート
- j. 停止
- k. 速度-



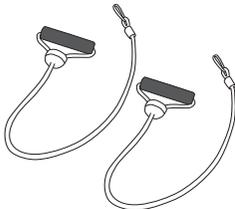
スイッチ・電源差し込み口
1: 電源オン 0: 電源オフ



専用グリップ
収納スロット



専用グリップ
TVG-001



エクササイズバンド



電源コード・アース止め用具



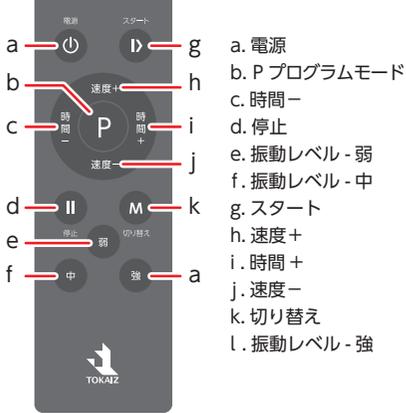
リモコン



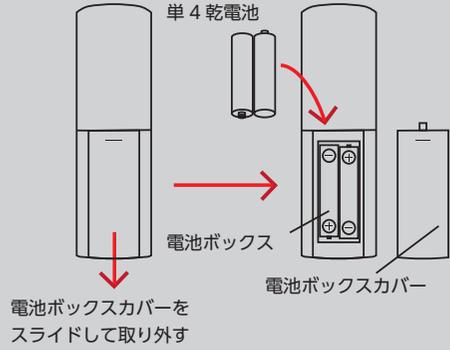
取扱説明書 (本書)
※保証書在中

リモコン・電池の入れ方

リモコン正面



本製品は電池を付属しておりませんので、ご使用になる前に、電池を入れてください。

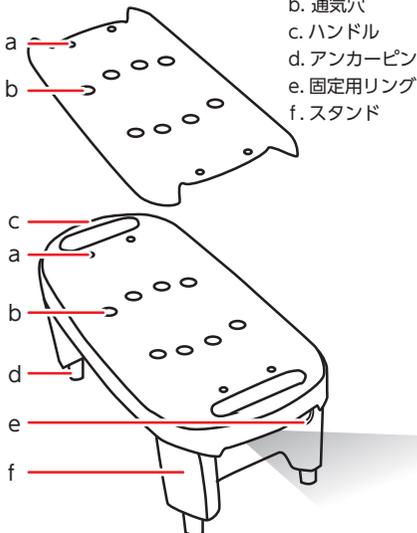


- ※リモコンは受信センサーに向けて操作してください。
- ※ボタンを操作の際は強く押しすぎないようにしてください。リモコン故障の原因になります。
- ※本リモコンは単4乾電池2本(別売り)を使用しています。
- ※電池の極性(+/-)を間違えないように電池を入れてください。リモコン故障の原因になります。
- ※リモコンの反応が悪くなった時には、乾電池の交換をしてから再度お試しください。

別売り

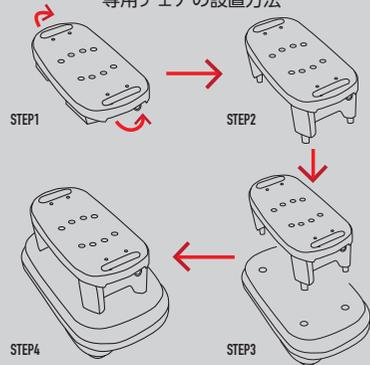
専用チェア TVC-001・専用マット TVM-002・設置方法

専用マット TVM-002

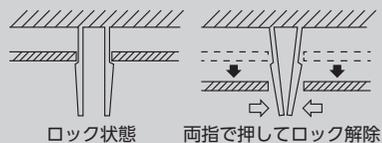


専用チェア TVC-001(展開状態)

専用チェアの設置方法



ロック部分について



- ※操作する際は指が挟まらないよう気をつけてください。
- ※ロック解除する際は力を入れて押してください。

操作の仕方

操作は本体の操作パネルまたはリモコンで行います。使用手順に従ってご使用ください。

1. 電源を入れる

- ①電源コードの本体側プラグを本体側プラグ差し込み口に差し込みます。
- ②電源プラグをコンセントに差し込みます。
 - ※家庭用コンセントに差し込んでください。
 - ※1つのコンセントから複数の配線を繋ぐタコ足配線はしないでください。
 - ※電源コードや電源プラグを引っ張ったり、無理やり曲げた状態でコンセントに接続しないでください。
 - ※電源プラグは根元まで確実に差し込んでください。
- ③本体メイン電源スイッチを ON にします。
 - ※ ON の状態では、本体メイン電源スイッチが点灯します。



2. 本体に乗る

本体の振動面に乗ります。乗る時はバランスに注意し、体重を左右均等にかけください。

※振動面の中心では振動の伝わりが小さく、左右に足を広げていると振動が伝わりやすくなります。



3. 使用方法

※電源ONにしてから5分間以内に操作されなかった場合はスタンバイ状態になり、ディスプレイ表示が「—」[—]になります。この状態で再度「電源」ボタンを押すとスタンバイ状態が解除し、通常ONの状態になります。

3.1 操作パネルの使用方法

●マニュアルモード

- 1.電源ボタンを押して、本体電源をONにします。
- 2.「時間+」/「時間-」を押して、振動時間を設定します(デフォルトは10分間)。
- 3.「スタート」ボタンを押すと、振動が始まります。
- 4.振動途中で、「速度+」/「速度-」ボタンで振動速度を調節することができます。
- 5.手で振動を止める場合は、「停止」ボタンを押してください。
- 6.振動開始してから、設定したタイマーの時間になったら振動が自動的に停止します。
 - ※振動中は時間の調整、モードの切り替えなどの操作はできません。
 - 停止ボタンを押して、振動が停止してから、操作してください。



※パネル表面にシールが貼られている場合は、シールを剥がしてからご使用ください

3.2 リモコンの使用法

●マニュアルモード

- 1.電源ボタンを押して、本体電源をONにします。
- 2.「時間+」/「時間-」を押して、振動時間を設定します(デフォルトは10分間)。
- 3.「スタート」ボタンを押すと、振動が始まります。
- 4.振動途中で、「速度+」/「速度-」ボタンで振動速度を調節することができます。
- 5.振動途中で、「切替」ボタンを押すと、振動速度が20に調整されます。この状態で再度「切替」ボタンを押すたびに、振動速度が「20」>>「40」>>「80」>>「20」…順で快速切り替わられます。
- 6.振動途中で、「弱」/「中」/「強」ボタンを押すと、振動速度が直接「30」/「60」/「90」に快速で切り替わられます。
- 7.手で振動を止める場合は、「停止」ボタンを押してください。
- 8.振動開始後設定したタイマーの時間になると振動が自動的に停止します。
※振動中は時間の調整、モードの切り替えなどの操作はできません。停止ボタンを押して、振動が停止してから、操作してください。

●プログラムモード(オートモード)

- 1.「電源」ボタンを押して、本体電源をONにします。
- 2.「P」ボタンを押して、自動運動プログラムモードを起動します。「P」ボタンで自動運動プログラムを切り替えることができます。
- 3.運動プログラムを選択し「スタート」ボタンを押すと、振動が開始されます。
- 4.手で振動を止める場合は、「停止」ボタンを押してください。
- 5.各プログラムは、15分間連続振動後、振動が自動的に停止します。
※プログラムモードは、時間と速度の変更ができません。
※振動中、時間の変更、モードの切替などの操作はできません。停止ボタンを押して、振動が停止してから操作してください。



■プログラムモードの詳細

「P」ボタンを押すたびにモードが下記の順に切り替えられ、ディスプレイに表示されます。

「P0」→「P1」→…→「P9」→「HR(マニュアルモード)」

モード「P0」～「P9」の詳細は、下記ようになります。お好みに合わせてお選びください。

モード	振動レベル (1分ごとに変動します)														
P0	4	8	10	12	17	20	24	20	17	6	12	17	20	24	20
P1	2	4	6	8	10	13	15	12	9	8	8	10	13	15	12
P2	8	14	8	14	8	20	8	14	8	14	14	8	20	8	14
P3	12	23	29	38	49	56	68	76	48	29	38	49	56	68	76
P4	9	13	16	21	24	35	67	50	38	30	21	24	35	67	50
P5	23	55	23	55	23	55	23	55	23	55	55	23	35	23	55
P6	11	11	25	25	38	38	48	48	25	25	25	38	38	48	48
P7	30	30	50	50	70	70	40	40	60	60	50	70	70	40	40
P8	55	40	55	40	50	77	80	65	65	99	40	50	77	80	65
P9	40	85	75	65	25	96	78	60	65	80	65	25	96	78	60

アース線の取り付け方

以下の場合、故障や漏電時の感電防止のため、アース線の接続をお勧めします。

- 湿気の多い場所、または水気のある場所で使用する場合。
- 長時間同じ場所で使用する場合。

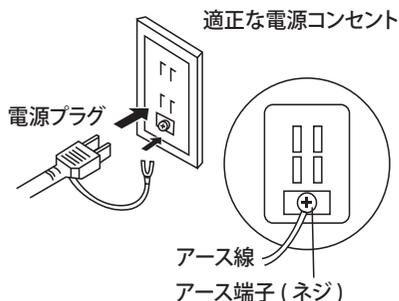
電源プラグから出ているアース線は、次のいずれかに接続してください。

- 電源コンセントのアース線端子
- 設置工事を行っている接地端子

※アース接続は必ず電源プラグを電源に差し込む前に行ってください。また、アース接続を外す場合は、必ず電源プラグを電源から抜いてから行ってください。

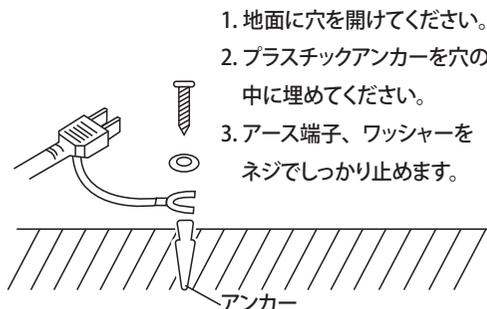
取り付け方法（参考）

電源コンセントのアース線端子の場合



※上図はアース付きコンセントの一例です。

接地工事を行っている接地端子の場合



※上図はアース付きコンセントの一例です。

トレーニングの方法

- 一回のトレーニングは、15分を目安としてご利用ください。
- 1日30分まで、無理のないようトレーニングをしましょう。



注意

※本機の連続使用時間は、最大15分となり、オートモードなどで連続15分間を使用した場合は最低15分以上間隔をあけてからご使用ください。

※トレーニングの効果には個人差があります。

※スリッパやストッキングなど滑りやすい履物を着用したまま使用しないでください。事故やけがの恐れがあります。

※頭痛、めまい、吐き気、疲労感、乗り物酔いに似た症状などを感じた時や、目、耳、手、腕、足など、身体の一部に不快感や痛みを感じた時は、すぐに使用を中止してください。使用を中止しても治らない時は、医師の診療を受けてください。

基本の運動



●全身、お腹、腰、太ももを中心とした運動

「運動方法」

足を開き、背筋を伸ばして、立ちます。

「気をつけること」

- 片足重心にせず、両足でしっかり立ってください。
- 膝を曲げずに使用した場合、頭部に振動が伝わりすぎると、体調が悪くなる恐れがあります。



※エクササイズバンドを持ちながら運動すると、上半身も同時にエクササイズできます。

中腰の運動



●太もも・お尻を中心とした運動

「運動方法」

肩幅に足を開きしっかりと踏ん張って、腰を落とし、中腰になってください。

「気をつけること」

- お尻を落としすぎて、膝が前にでないようにしてください。
- 椅子に腰掛ける一歩手前のようなイメージです。
- 腰をそりすぎないように注意してください。

片足ずつ行う運動



●太もも・ふくらはぎを中心とした運動

運動方法

本体の正面に立ち、片足を本体に乗せてください。

気をつけること

- 体のバランスを保つために、肩幅に足を開いて両足で立ってから、どちらかの足を本体に載せるようにしてください。
- 下腹部に力を入れ、ぐらつかないようにしてください。

本体に座って行う運動



●太もも・お尻・腰回りを中心とした運動

「運動方法」

膝を軽く曲げた状態で、本体の中心に座ってください。

「気をつけること」

- 両手は必ず腰に添えてください。
- 脊椎に負担がかかりすぎる恐れがあるので、強度は弱めからスタートして、ご自身の様子をご覧ください。
- 背筋はしっかり伸ばし、腰がそりすぎないように注意してください。

椅子に座って行う運動



●太もも・ふくらはぎを中心とした運動

「運動方法」

本体正面に椅子を設置し、椅子上に座ってから本体に両足を乗せてください。

「気をつけること」

- 背筋はしっかり伸ばし、腰がそりすぎないように注意してください。
- 足は肩幅程度に広げてください。

床に座って行う運動



●足首周り・ふくらはぎを中心とした運動

「運動方法」

本体正面の床に座り、本体にかかと、もしくは足の裏を乗せてください。

「気をつけること」

- 両手を体の後方につき、しっかり体重を支えてください。
- 肘に負担がかかりすぎないように、下腹部にしっかり力をいれて背筋を伸ばしてください。
- 腰がそりすぎないようにしてください。

専用チェアに座って行う運動（専用チェア TVC-001 は別売り）



●中腰を中心の全身運動

「運動方法」

本体に専用チェアを設置し、座ります。

「気をつけること」

- 専用チェアが落ちないようにしっかりと座ってください。
- 腰が反りすぎないように気を付けて下さい。

両手を使った運動①



●肩まわり、二の腕を中心とした運動

「運動方法」

本体正面に四つん這いになり、両手を本体につきます。

「気をつけること」

- 関節への負担を和らげるため、肘はやや曲げた城ちあで行ってください。
- 頭部に負担のかかる運動のため、強度は弱めからスタートして、ご自身の様子をご覧ください。
- 背中を丸めないように、かつ、そりすぎないように下腹に力を入れるよう、注意してください。

両手を使った運動②



●腕・肩・背中を中心とした運動

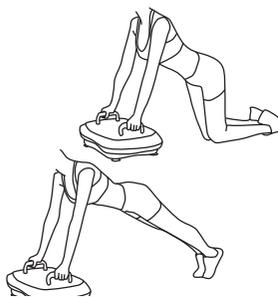
「運動方法」

本体正面に肩幅に足を開いて立ち、前屈みになって両手を本体につけてください。

「気をつけること」

- 膝を曲げたり、足を後方に移動させるなどして、体に負担がかかりすぎないように調整してください。
- 頭部に負担のかかる運動のため、強度は弱めからスタートして、ご自身の様子をみてください。
- 背中を丸めないように注意してください。
- 前屈みがしんどい場合は無理せず別のトレーニングを行ってください。

両手を使った運動③



●腕・肩・胸部・体幹を中心とした運動

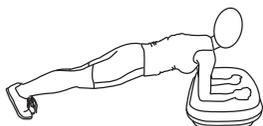
「運動方法」

本体にハンドルを設置し、床に膝をつく、もしくは膝を伸ばした状態でつま先で床をしっかりと押します。

「気をつけること」

- ハンドルがずれないようにしっかりと固定してください。
- 振動中にハンドルから手を離さないでください。
- 膝を伸ばし続けているのが辛い場合は、膝をつける、もしくは無理をせず別のトレーニングを行ってください。

体幹運動①



●腕・肩・胸部・体幹を中心とした運動

運動方法

両肘を本体にのせ、両足は伸ばしてつま先で体重を支えます。

気をつけること

- 頭部に負担のかかる運動のため、強度は弱めからスタートして、ご自身の様子をみてください。
- 体勢がしんどい場合は無理せず、膝をついてください。もしくは無理せず他のトレーニングを行ってください。

体幹運動②



●ふくらはぎ・太もも・体幹を中心とした運動

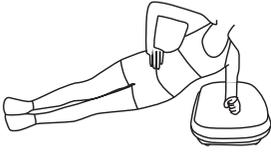
「運動方法」

仰向けに寝転がり、膝をまげて足の裏全体を本体に乗せてください。

「気をつけること」

- 両手を広げ、しっかりと体重を支えてください。
- 背筋はしっかり伸ばし、腰が反りすぎないように注意してください。
- 両足はしっかり踏ん張ってください。

体幹運動③



●体幹・内腹斜筋・外腹斜筋を中心とした運動

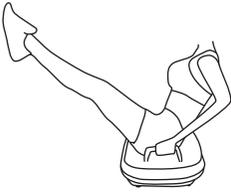
「運動方法」

本体に片肘をつけ、身体の側面全体を支えます。

「気をつけること」

- 非常に負荷の高い運動になりますので、ご注意ください。
- 方肘で体重を支えるのがつらい場合は、無理せず別のトレーニングを行ってください。

なんちゃら運動



●腹筋群・太ももを中心とした運動

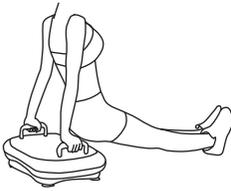
「運動方法」

本体にハンドルを設置し、中心部に座ります。足を揃えて高く持ち上げます。

「気をつけること」

- 非常に負荷の高い運動になりますので、ご注意ください。
- 足を上げるのが辛い場合は、高さを下げる、膝を曲げる、もしくは無理せず別のトレーニングを行ってください。

なんちゃら運動



●上肢・上半身を中心とした運動

「運動方法」

本体にハンドルを設置し、後ろ手で握ります。

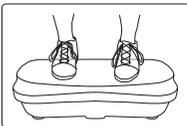
そのまま足を伸ばし、かかとと腕で全体重を支えます。

「気をつけること」

- 非常に負荷の高い運動になりますので、ご注意ください。
- 肘を伸ばした状態だと、振動が伝わりすぎて負担が掛かる場合があります。必ず肘を曲げた状態でご使用ください。
- 辛い場合は無理せず別のトレーニングを行ってください。

足の配置について

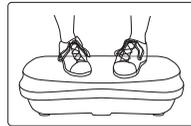
振動マシンに立つ際、足の向きで筋肉への負荷のかかり方を調整することができます。



左右平行

足の肩幅に平行に開きます。

- まんべんなく運動することができる基本姿勢です。

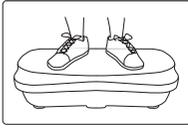


内向き

足を内股にします。

- 主に体の外側を中心とした運動ができます。

※無理に内股にしすぎないようにご注意ください。

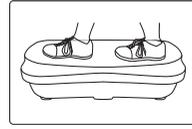


外向き

足を外股にします。

●主に体の内側中心とした運動ができます。

※無理に外股にしすぎないように注意してください。



横向き

体を横向きにし、足も左右どちらかに揃えて横向きにした状態で立ってください。

●主に体幹と脇腹、腰回りを中心とした運動ができます。

※左右どちらも行おうようにしてください。

※無理に体を捻りすぎないように注意してください。

付属品の使用・機能拡張について

エクササイズバンド（付属品）

本体両側のバンドアームに付属のエクササイズバンドを取り付けることができます。エクササイズバンドを使用することで、バリエーション豊富な全身運動ができます。

エクササイズバンドの取り付け方法

1. 振動マシン本体両側のフック（バンドアーム）を引き出します。
2. バンドアームの穴にエクササイズバンドのカラビナを通して固定します。

※エクササイズバンドは消耗品です。

※使用頻度にもよりますが、亀裂などの異常がありましたら、直ちに使用を中止してください。そのまま使用を続けると重大な事故の原因になります。



警告

- エクササイズバンドで運動する場合のみ取り付けてください。
- 使用中にエクササイズバンドが外れないようにしっかり締めてください。
- 使用前にはエクササイズバンドが消耗していないことと傷がないことをご確認ください。
- 付属のエクササイズバンド以外のものを取り付けしないでください。

エクササイズバンドの使用について

- エクササイズバンドは、手のひらでしっかり握り、無理のない姿勢でご利用ください。
- バンドを引っ張る際は、膝を少し緩めてください。
- 自身の体力レベルに合わせてエクササイズバンドを引っ張ってください。

※エクササイズバンドを体に巻きつけたりする使用は、絶対におやめください。

専用グリップ TVG-001 (付属品)

専用グリップの取り付け方法

本体正面の固定穴を通して、専用グリップを設置することで、よりバリエーション豊富な運動が楽しめるようになります。ご自身に無理のない範囲で色々な体勢でお試しすることがおすすめです。

1. 本体両側のグリップを収納スロットから引き出します。
2. グリップを本体正面の穴ポジションにしっかり差し込んで固定します。
※固定する場所はお好みに合わせて調整してください。
3. 使用を終えた後、本体中心部を片足で踏みながらグリップを引っ張って外して、本体側面の収納スロットに差し込んでください。
※グリップを外す時は無理しないよう、体のバランスを保つながら気をつけて引っ張ってください。
※グリップを持って本体を持ち上げるのが大変危険なので、本体を移動させるときは必ず本体を直接持ち上げてください。

専用グリップの使用について

- グリップを手握っている時に、振動が上半身や頸部に伝わり安くなります。
- 肘を少し曲げた状態で使用することで、肩や関節への負担を減少できるとされています。
- グリップの使用を慣れるまで、座りなどで安定した体勢でお試しください。
※グリップの使用によって頭部への振動で具合が悪く感じた場合はグリップの使用をおやめください。

専用マット (本体用マット) TVM-001 (別売り)

専用クッションマットを本体正面に装着できます。マグネットボタンでしっかり固定できます。マットを装着することで正面のゴムマットの凹凸を隠し、柔らかな触感に変身できます。

専用マットの取り付け方法

1. 専用マットを平にして、TOKAIZ マークの方向が振動マシン本体のマークに一致していることを確認してください。
2. 四角にある4つにマグネットボタンを本体正面のマグネットの位置に合わせるようにしてください。
3. マットを本体上面の軽く置くと、マグネットボタンが吸着され、マットが固定されます。
※専用マットは運送中圧力を掛けられ、開封後凹み、シワ、などの変形が見当たることがありますが、マット素材の性質上、展開した状態で時間をおけば変形が消えますので、ご安心ください。
※マットの上にものを置いた状態で長い時間を経つと凹み跡が消えにくい場合がありますのでご注意ください。

専用チェア TVC-001 (別売り)

専用チェアを本体正面に装着できます。チェアを装着することで、振動マシンを座りながらの使用や、その他のバリエーションの運動で使用することができます。

専用チェアの取り付け方法 (詳細は p07 をご参照ください)

1. 専用チェアの足部分を開いて、チェア底のロックでしっかり止めている状態を確認し、TOKAIZ マークの方向が振動マシン本体のマークに一致していることを確認してください。
2. チェアの足部分を本体上面の穴にしっかり差し込んで固定します。
3. 使用後は振動マシン中央部分を踏みながらチェアを引っ張って取り外してください。
4. 収納時はロック部分を指で挟み、チェアの足部分を戻してください。
※チェアを取扱する際は十分注意し、指を挟まれないよう気をつけてください。
※チェアを外す時は無理しないよう、体のバランスを保つながら気をつけて引っ張ってください。
※チェアを持って本体を持ち上げるのが大変危険なので、本体を移動させるときは必ず本体を直接持ち上げてください。

専用チェアの使用について

- チェアに座りながらチェアのグリップを手握っている時に、振動が上半身や頸部に伝わりやすくなります。
- 肘を少し曲げた状態で使用することで、肩や関節への負担を減少できるとされています。
※グリップの使用によって頭部への振動で具合が悪く感じた場合はグリップを放してお試しください。

専用マット (チェア用マット) TVM-002(専用チェアの付属品 / 別売り)

専用クッションマットを専用チェアに装着できます。マグネットボタンでしっかり固定できます。マットを装着することでチェア正面の凹凸を隠し、柔らかい触感に変身できます。

専用マットの取り付け方法

- 1.専用マットを平にして、TOKAIZ マークの方向が専用チェア正面のマークに一致していることを確認してください。
- 2.四角にある4つにマグネットボタンを専用チェア正面のマグネットの位置に合わせるようにしてください。
- 3.マットをチェア正面に軽く置くと、マグネットボタンが吸着され、マットが固定されます。
※専用マットは運送中圧力を掛けられ、開封後凹み、シワ、などの変形が見当たることがありますが、マット素材の性質上、展開した状態で時間をおけば変形が消えますので、ご安心ください。
※マットの上にものを置いた状態で長い時間を経つと凹み跡が消えにくい場合がありますのでご注意ください。

故障かな?と思ったら

修理を依頼する前に、もう一度次の項目をお確かめになり、それでも調子が悪い時はご使用を中止し、お買い上げの販売店または弊社までお問合せください。

症状	チェック箇所
電源が入らない	<ul style="list-style-type: none">・本体側面のプラグ差し込み口に、電源コードの本体側プラグが奥まで差し込まれていますか?・電源プラグをコンセントに差し込まれていますか?・本体メイン電源スイッチ、操作パネルまたはリモコンの電源ボタンをオンにしていますか?
リモコンの反応がない	<ul style="list-style-type: none">・リモコンを本体操作パネルに向けて操作されていますか?・リモコン裏の乾電池の極性 (+ -) が正し設定されていますか?・リモコンの乾電池を変えて確認しましたのですか?
カタカタ音がする	<ul style="list-style-type: none">・片寄った体重のかけ方をしていませんか?振動面の中央にくるように乗ってください。・本体下にあるゴム足が緩んでいないか確認する。・水平な場所に設置していますか?床面との摩擦によって音がする場合があります。・本体の周囲に接触しているものはありませんか?

製品メンテナンス

- 電源プラグをコンセントから抜いた状態で保管してください。
- 専用エクササイズバンドは、本体から外し紛失しないように保管してください。
- 高温、多湿、直射日光の当たる場所、ホコリの多い場所には保管しないでください。
- 長期にわたりご使用いただくため定期的に点検とお手入れをおこなってください。
- 本体やリモコンを水や洗剤などの液体で濡らさないでください。
- 汚れた場合には、乾いた柔らかい布で拭きとってください。汚れが落ちない場合は、中性洗剤の薄め液を柔らかい布につけて拭き取ってください。シンナー系や漂白剤、強い洗剤でのお手入れはおやめください。変色、変形、破損の原因になります。

製品仕様

型番	TVI-002 PRO
本体寸法 (cm)	約 W62 × D35 × H16
本体重量	9.6kg
定格入力	AC100V ~ 50/60Hz
定格消費電力	200W
材質	スチール、AB、PVC PP、ラテックス

品番	YD-1010RPX
最大荷重	120kg
連続使用時間	最大 15 分間※ 1
振動タイプ	上下振動
振幅	約 10mm
周波数	約 8.5 ~ 15Hz
最大振動回数	約 900 回 / 分
電源コードの長さ	1.5M

※ 1 本機の連続使用可能時間は最大 15 分間となります。オートモードなどで連続 15 分間使用した場合は、最低 15 分以上の間隔を開けてからご使用ください。

※表記データには若干の誤差がある場合がございます。

※予告なしでデザインなどが変更される場合があります。

※振動回数はメーカー測定値となり、機器によりことなる場合がございます。

※付属の電源コードは本機専用の電源コードとなり、他の機器では使用できません。

保証規定

- 1) 保証期間内に正常な使用状態でご使用の場合に限り品質を保証しております。万一保証期間内で故障がありました場合は、弊社所定の方法で無償修理いたします。
- 2) 次のような場合は保証期間内でも保証対象外になります。
 - 4) 異常電圧による故障及び損傷。
 - 2) 故障の原因が取扱い上の不注意による場合。
 - 3) 故障の原因がお客様による輸送・移動中の衝撃による場合。
 - 4) 天変地異、ならびに公害や異常電圧その他の外部要因による故障及び損傷の場合。
 - 5) 譲渡や中古販売、オークション、転売などでご購入された場合。
 - 3) お客様ご自身による改造または修理があったと判断された場合は、保証期間内での修理もお受けいたしかねます。
 - 4) 本製品の故障、またはその使用によって生じた直接、間接の損害については弊社はその責を負わないものとします。
 - 5) 弊社は、いかなる場合でもご購入者様の逸失利益、間接損害、特別損害、弁護士費用その他の損害を賠償しないものとします。

保証書

製品名称：振動マシン

型番：TVI-002 PRO

保証期間：本体6ヶ月間

お名前

ふりがな

様

ご住所

電話番号

-

-

〒

-

お買い上げ年月日

注文番号

年 月 日

◎お問い合わせ先

株式会社万通商事

住 所： 〒273-0011 千葉県船橋市湊町3-11-7

お問合せ電話番号： **0120-090-627**

受 付 時 間： 平日： 10:00～19:00

祝日： 10:00～17:00

(土・日・年末年始・弊社休業日を除く)

ホームページ： **www.tokaiz.jp**

本書は日本国内においてのみ有効です。

THIS WARRANTY IS VALID ONLY IN JAPAN.