

アジャスタブルダンベル 片手操作 24kg 取扱説明書

製品型番：G-ADO

この度は、本製品をお買い上げいただきありがとうございます。ご使用になる前に、この取扱説明書をよくお読み
のうえ、本製品を正しくお使いください。お読みになった後は、いつでもご覧になれるよう大切に保管してください。
本製品はトレーニング用のダンベルです。それ以外の用途では使用しないでください。

はじめに ※取扱説明書をお読みになる際の注意事項

- この取扱説明書の内容は、予告なく変更されることがあります。
- 製品改良のため、予告なく外観または仕様の一部が変更される可能性がります。
- この取扱説明書の一部または全部を無断で複写することは、個人利用を除き禁止されております。また無断転載を固くお断りします。

GronG LINE公式アカウント
お得なクーポンや情報をゲット

右記コードから
簡単友だち追加 ▶
または「@grong」で検索



使用や保管における危険・注意事項

●本製品を安全にご使用いただくため「使用や保管における危険・注意事項」をよくお読みいただき内容を理解されたうえで
ご使用いただくようお願いいたします。●本取扱説明書の危険・注意事項の内容は想定される危害・損害の違いによって、
危険・注意の2段階に分けております。●記載内容をよくお読みいただき正しい方法でのご使用をお願いいたします。

△ 危険	死亡または重大な傷害を負う可能性があります。
△ 注意	ケガや物的損害が発生する可能性があります。

●重大な傷害には、ケガや骨折などで後遺症が残るもの、および治療に入院や長期の通院を要するものを示します。●ケガには、治療に入院や長期の通院を要さないものを示します。●ケガの対象には、ペットなどの動物も含まれます。●物的損害には、本製品以外の物品も含まれます。●破損した場合は、すぐにご使用を中止してください。※この取扱説明書に記載の危険・注意事項の内容を守り、使用してください。順守されずご使用されて生じたいかなる事故につきましても、弊社としましては一切の責任を負いかねますのでご了承ください。

△ 危険

【設置・保管時】●本製品は非常に重いため、落下すると危害を及ぼすおそれがあります。そのため、保管時は必ず床に置き、落下防止対策をしてください。●お子様が製品の上に乗ったり、近づいたりしないようにしてください。転倒やケガの原因となります。

【使用前・使用時】●周囲に物がいないか、人やペットがいないかを確認してから使用してください。●使用前に破損やロック機構などに異常がないことを確認してください。異常がある場合は使用しないでください。また、使用中に破損などが発生した場合も、すぐに使用を中止してください。●重量を変更する際は、必ず専用台を使用し、周りに人や物がないことを確認してからおこなってください。

△ 注意

【設置・保管時】●お子様の手の届く場所での使用・保管は控えてください。●屋外や直射日光の当たるところに放置しないでください。劣化を早めたり変色する場合があります。●火気のそばに放置しないでください。溶けたり変形するおそれがあります。●湿度の少ない風通しの良い場所に保管してください。長期間使用しない場合は、ほこりよけのカバーなどをかけてください。

【使用前・使用時】●体調不良・妊娠中の方は使用しないでください。●次のような方は、必ず医師にご相談のうえ、使用してください。医師の治療を受けている方／基礎疾患のある方／骨や関節に痛みを感じている方●使用前に十分な準備運動をおこない、体をほぐしてから運動を始めてください。●運動に適した服装（ひもなどが引っかからないもの）を着用してから使用してください。●指輪や時計などアクセサリーを外してから使用してください。●飲食・喫煙しながら本製品を使用しないでください。また、飲酒後や薬の服用後、疲労を感じている場合はすぐに使用しないでください。●使用中に気分が悪くなった場合は運動を中止してください。●他社製品の部品は使用できません。必ず弊社製品用のプレートと専用台を使用してください。●安全にお使いいただくために左右同じ重量で設定してください。●ダイヤルの重量の位置がずれている場合、プレートが正しく固定されず落下するおそれがあります。正しい位置に設定してください。●落としたり、ぶつけたり激しい衝撃を与えないでください。●本製品を使用目的以外の用途に使用しないでください。●本製品を分解、改造しないでください。

梱包品の確認

- 開封後、製品の外観に破損がないことを確認してください。
- 破損などがある場合は、カスタマーサポートにご連絡ください。

各部名称



GronG YouTubeチャンネル
本製品を使ったトレーニング方法

右記コードから
動画をチェック ▶



GronG YouTubeチャンネル
グリップが回らなくなった時の対処法

右記コードから
動画をチェック ▶



ご使用前に動作確認のお願い

安全にご使用いただくため、ご使用前に必ずロック機構をご確認ください。また、本確認は定期的を実施してください。
確認時に異常や不具合が見受けられる場合は、すぐに本製品の使用を中止し、「カスタマーサポート」までご連絡いただきますようお願いいたします。

確認手順

①各重量に設定した状態でダンベルを持ち上げ、プレートがしっかりと固定されているか(脱落しないか)確認してください。
②ダンベルを床に置き、グリップが回転しない(ロックされている)ことを確認してください。
③上記の確認はすべての重量に対しておこない、正常に動作するか確認してください。

ご使用方法

1



トレーニングしたい重量表示が、上に来るよう
に中央部のグリップを回転させ「カチッ」と音
がした位置でグリップを止めます。

2



グリップを握り、左右のプレートが同じ重さで
あることを確認しながら、ゆっくりと上に持ち
上げます。

3



重量を調整する際はダンベルを専用台に戻し、
1と同じ動作をおこないます。

※重量変更の注意点

●グリップを軽く下に押さえながらグリップを回転させ、重量変更をおこなってください。ダンベルが専用台にしっかり収まっ
ていない場合、グリップが回転しないおそれがありますので注意してください。●重量表記の位置がずれている場合、プレ
ートが正しく固定されず落下するおそれがあります。正しい位置に設定してください。●戻す際は、専用台の溝に合わせてゆ
っくりと戻してください。勢いよく置くと、重量調節のロック機構が破損する原因となります。

よくあるご質問(トラブルシューティング)

- Q** グリップが回らない
- A** ダンベルが専用台の奥までしっかりと押し込まれていない可能性があります。
正しく押し込まれていないと安全ロックが解除されません。一度真上から軽く押し込んで、再度お試しください。
- Q** プレートが専用台にうまく収まらない／持ち上げようとするとプレートが落下する
- A** プレートの向きが誤っている(固定具が正しい位置にない)可能性があります。
一度すべてのプレートを専用台に戻し、正しい向きと重量に設定し直してください。

お手入れ方法

- 汚れを落とす際は乾いたタオルなどで拭き取ってください。揮発性溶剤(ベンジン・シンナー・ガソリン)を使用しないでください。
- 汚れがひどい場合は、薄めた中性洗剤で拭き取ってください。
- 乾かす際は、ドライヤーなどで熱を加えないでください。

製品仕様

名 称：アジャスタブルダンベル 片手操作 24kg
サ イ ズ：約 幅21cm×奥行44cm×高さ23cm(専用台含む)
重 量：約 25.3kg(専用台含む)
可変重量：約 2.5kg～24kg ※約2%前後の誤差が生じる場合があります。

製品保証について

製品の不具合、部品不足など、製品上の問題が初期不良対応期間中に発覚し、お問い合わせいただいた場合は製品代の返金、
もしくは製品の交換にて対応させていただきます。本製品の保証期間内に製品の不具合によって故障、破損し、お問い合わせ
いただいた場合は故障箇所の代替部品、もしくは代替品にて対応させていただきます。

- ・保証サービスを受ける際は、ご購入時の注文番号もしくはレシートが必要です。
- ・本製品の初期不良対応期間は、ご購入後、もしくは製品到着後30日間となります。
- ・本製品の保証期間は、ご購入後、もしくは製品到着後1年間となります。

- 保証期間中でも次の場合には、保証対象外となります。
- ・保証期間中に発生した不具合でも、保証期間終了後に請求された場合
 - ・ご購入時の注文番号、もしくはレシートなどで購入履歴が確認できない場合
 - ・推奨されていない使用方法、収納方法、保管方法、お手入れ方法による故障・破損
 - ・取扱説明書や本体ラベルなどの注意事項の内容とは異なる使用
 - ・お買い上げ後の移設、輸送、落下など、外的要因による故障・破損
 - ・火災や地震、風水害、落雷その他の天災地変による故障・破損
 - ・経年劣化や機能上、影響がない感覚的現象(音・振動など)、塗膜の剥離を伴わない微細な傷
 - ・製品の不具合などに関連して生じる二次的、あるいは派生的に起こった損害、損失および費用
 - ・使用者による簡単な調整で機能復元できる場合
 - ・再販売品、もしくは譲渡されたもの、レンタルなど不特定多数で使用された場合
 - ・日本国外で購入、使用された場合
 - ・その他弊社の判断に基づき、保証対象外と認められる場合

(株)Ultimate Life

大阪府大阪市東成区中本2丁目1-13
大阪スポンジャービル6階

MADE IN CHINA