

# ダンベルバー28 スクリュー

# NISHI

## 取扱説明書

## 品番：3833A729

このたびは本品をお買い上げいただき、誠にありがとうございます。  
ご使用になる前に必ず本取扱説明書をよくお読みになり、正しくご使用ください。  
なお、お読みになった後は大切に保管し、必要なときにお読みください。

### ⊘ してはいけないこと

- 本来の用途以外で使用しないでください。
- 動作の前後で膝の上に載せるトレーニング手法(オンザニー)を行わないでください。  
本品の構造上、ダンベルの両端が突き出ており、衣服の破損やケガをするおそれがあります。
- 無理な重量でのトレーニングはおやめください。
- コンクリートなど地盤の硬いところでは使用しないでください。本品や地盤の破損につながります。
- バーは投げ落とさないでください。
- バーを壁などに立て掛けないでください。
- 火気のある場所、ストーブや暖房器具の近くで保管しないでください。
- 本品にプレートを付けたまま放置しないでください。  
バーが変形することがあります。
- 本品の分解、改造は決して行わないでください。

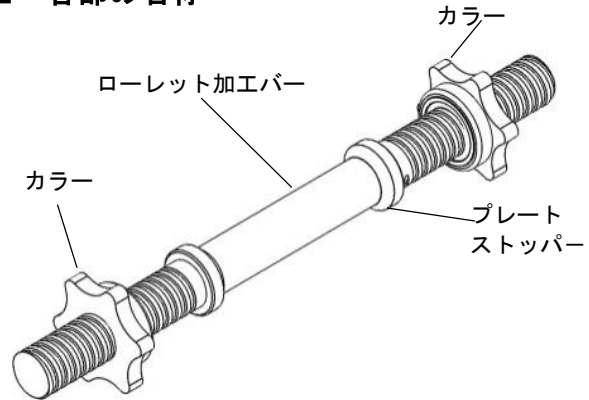
### ! 必ず行うこと

- バーにプレートを取り付ける際は、必ず付属のカラーでプレートを固定してください。
- 長期間使用しないときは、カラーを緩めて保管してください。
- ご使用の際は周囲の安全を確認し、十分なスペースを確保し、適切な指導のもとで使用を開始してください。
- 本品には、品質保持のため防錆油を塗ってあります。  
やわらかい布などで拭き取ってからご使用ください。
- 専用の施設または、弾力性のあるやわらかな床面やゴムマットを敷いてのご使用をおすすめします。
- お子様の手の届かない場所に保管してください。
- 屋外、高温、多湿、直射日光の当たる場所、ホコリの多い場所は避け、通気性のよい場所で保管してください。  
湿度の高いところで保管するとサビることがあります。

### ■ はじめに

本品は、ダンベルトレーニング用のバーです。  
ネジ式のカラーでプレートとバーを固定します。

### ■ 各部の名称



### ■ 仕様

サイズ：全長/390 mm、グリップ部/内々124mm

スリーブ部/φ28mm

重量：約 2.2kg

材質：スチール

表面処理：亜鉛メッキ有色彩ロメート処理

中国製

※外観及び仕様は、改善のため予告なく変更することがあります。

※カラーは本品専用です。紛失にはご注意ください。

※プレートはスリーブ穴径28mmをご使用ください。

#### お問い合わせ

商品には万全を期しておりますが、万一不具合やその他ご不明な点などございましたら、ご購入店または弊社お客様相談室までお問い合わせください。  
なお、輸送中に発生した異常や破損は賠償保険の対象になり、運送会社の証明が必要です。

#### 株式会社ニシ・スポーツ お客様相談室

〒136-0075 東京都江東区新砂3丁目1番18号

TEL: 03-6369-9024

受付時間：9:00~12:00/13:00~17:00

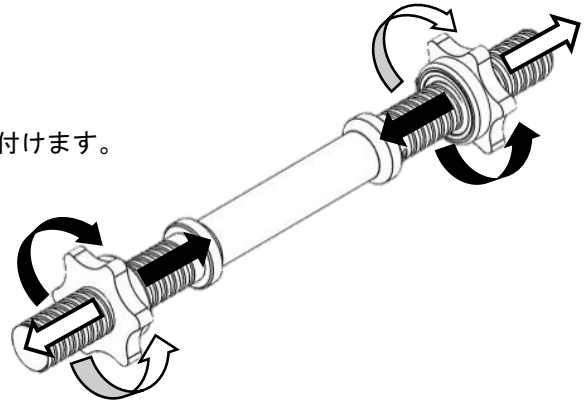
(土日、祝日及び弊社都合による休日を除く)

URL: <https://www.nishi.com/>

## ■ 使い方

○プレートのセット方法（右図参照）

- ①カラーを白矢印の方向に回しバーからカラーを外します。
- ②プレートストッパーに当たるまでバーにプレートを入れます。
- ③カラーを黒矢印の方向に回しプレートをプレートストッパーに押し付けます。



## ■ 点検について

ご使用前に、点検表にもとづき点検を行ってください。変形や破損がみられる場合は使用しないでください。

項目	内容
バー、カラー	サビ、変形、曲がり、亀裂、ヘコミ、メッキ剥がれ、破損などないか

## ■ お手入れについて

- ご使用後は、乾いた布でバーに付着した水気や汚れ（汗や皮脂など）を拭き取ってください。
- 炭酸マグネシウムなどの滑り止めが付着した場合は、やわらかいブラシなどで取り除いてください。  
ワイヤーブラシなどは使用しないでください。
- 定期的にバーに防錆剤を塗布してください。
- 潤滑剤の塗布後すぐにバーを使用する際は、やわらかい布などで表面を拭き取ってからご使用ください。

## ■ 廃棄について

本品の廃棄に関しては、地域で定める条例に従ってください。

## ■ オプション

### ● プレート

SDラバープレート28	
T2821	1.25kg
T2822	2.5kg
T2823	5.0kg



※トレーニング内容や体格などの条件を考慮したうえで、自分に合ったプレートの重量をお選びください。