

ヘビーバンド

NISHI

取扱説明書

品番：3833B019・3833B020

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

⚠️ 注意すること

- 導入初期は、弱い負荷ではじめて徐々に負荷を上げるようにしてください。
- ご使用の際は、周囲の人に十分注意してください。
- 本品は、天然ゴムを使用しております。ご使用中、かゆみや、湿疹など異常を感じた場合は、すぐに使用を中止し、専門医に相談してください。
- 材質の特性上、長期間使用しないと硬化（劣化）することがあります。

⊘ 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。
- 本品は2倍以上の長さに伸ばさないでください。
バンドの伸長の限界を超え切れるおそれがあります。
- 屋外、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。

❗️ 必ず行うこと

- 支柱などに結ぶ際は、外れないようしっかりと結ばれているか確認してください。
- 本品を踏んでご使用になる場合、シューズ底面に砂小石、汚れがないか確認してください。
- ご使用前に本品に付着した砂、ホコリ、水分などは必ず取り除き、表面にキズや切れ目がないか確認してください。
- お子様の手の届かない場所に保管してください。
- ご使用後は、やわらかい布でホコリや水分をよく拭き取ってください。

■ 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。

■ はじめに

本品は、天然ゴム製のトレーニング用ゴムバンドです。レジステッド（負荷）やアシステッド（補助）トレーニングにご使用ください。

必ず使用前に本体に傷がないか確認してから使用してください。



3833B019



3833B020

■ 仕様

- 3833B019 (W)約38×(円周)約2080×(T)約5 mm
重量/約420g
- 3833B020 (W)約51×(円周)約2080×(T)約5 mm
重量/約520g

材 質：天然ゴム

台湾製

※外観及び仕様は、改善のため予告なく変更すること

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/>

■ トレーニング例

代表的なトレーニング例を紹介します。

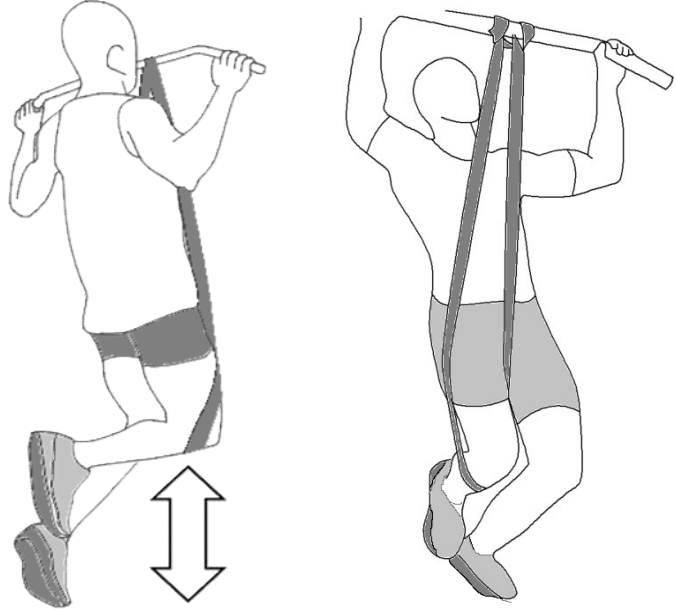
バンド幅3.8cmは、二人組で行うスプリントトレーニング(負荷走)などに適しています。

バンド幅5.1cmは、スクワットを行うラック上部に固定して懸垂のアシストトレーニングに適しています。

●スプリント



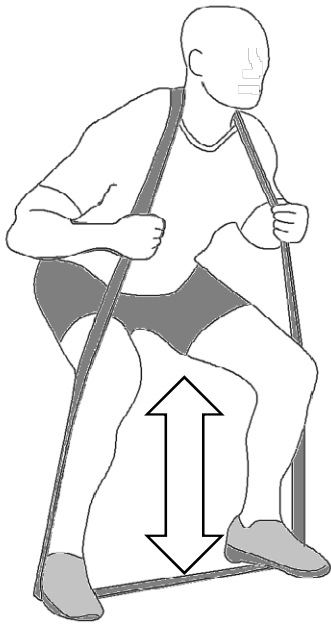
●懸垂(アシスト)



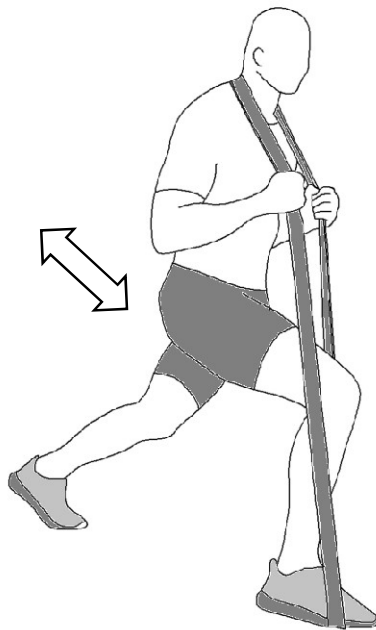
注意)

- ・スプリントトレーニングで使用する際は、急に強く引っ張らずゴムの張力を確認しながら使用してください。
- ・懸垂(アシスト)トレーニングで使用する際は、懸垂バーやパワーラックのフレームに確実に固定した状態で使用してください。

●スクワット



●ランジ



●プッシュ

