

ソフトケトルベル

NISHI

取扱説明書

品番：NT5431、NT5432、NT5433

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。

■ はじめに

本品は、パワー系トレーニングアイテムです。
 素材に弾力のあるネオプレン生地を採用することで、
 フローリングなどの床材の損傷を軽減するほか、身体
 に当たる衝撃をやわらげるよう配慮しています。

⚠ 注意すること

- 無理な重量でのトレーニングは、避けてください。
- 近くに人がいる場合は、十分に注意してトレーニングをしてください。

⊘ 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。
- 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。
- 本品を大きく振り回したり、落としたり、投げたり、打ったりしないでください。
- 屋外で使用しないでください。

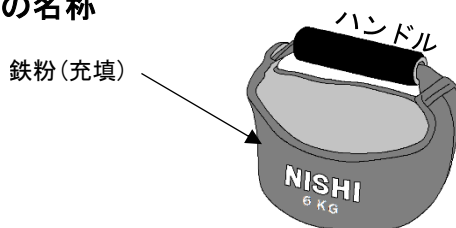
❗ 必ず行うこと

- ご使用前に各部の点検を行い、ほつれや破れ、変形が見られる場合は使用しないでください。
- お客様の手の届かない場所に保管してください。
- 汚れは、やわらかい布を使用して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。

■ 各部の名称



■ 特徴



握りやすいソフトな
ハンドル



床面をキズつけにくい
ソフト素材

■ 仕様

- NT5431 サイズ：(W)160×(L)100×(H)150mm
重量：約 2kg
- NT5432 サイズ：(W)200×(L)130×(H)170mm
重量：約 4kg
- NT5433 サイズ：(W)220×(L)170×(H)200mm
重量：約 6kg

● 共通仕様

重量物：鉄粉
 材質：外皮/ネオプレン
 ハンドル芯材/PP
 ハンドルカバー/NBR
 内袋/ナイロン

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があります。

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)

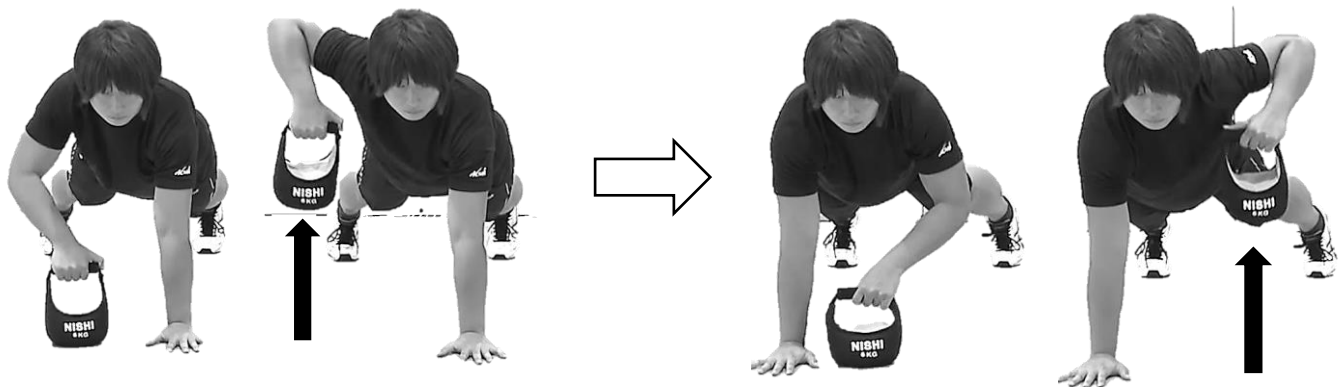
URL: <https://www.nishi.com/>

■ 使い方

● ブランクロウ

腕立て伏せの状態のまま、片手でソフトケトルベルを持ち上げます。

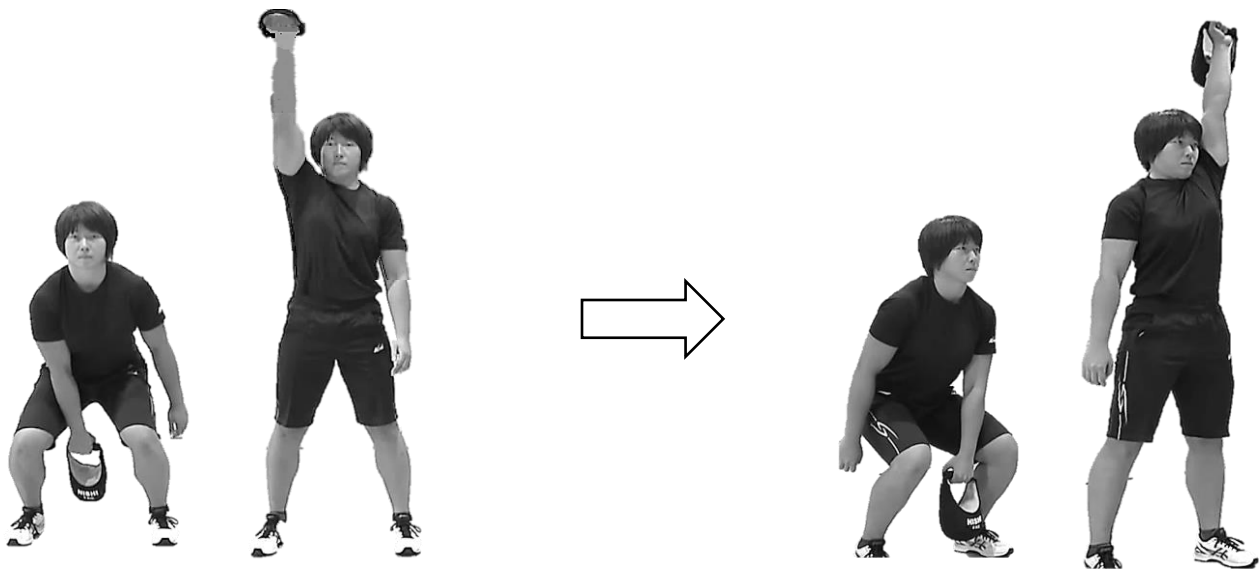
※姿勢を崩さない 脇を締める 腰を反らせない 左右交互に行う



● ケトルベルスナッチ

ソフトケトルベルを片手で持ち、交互にスナッチを行います。

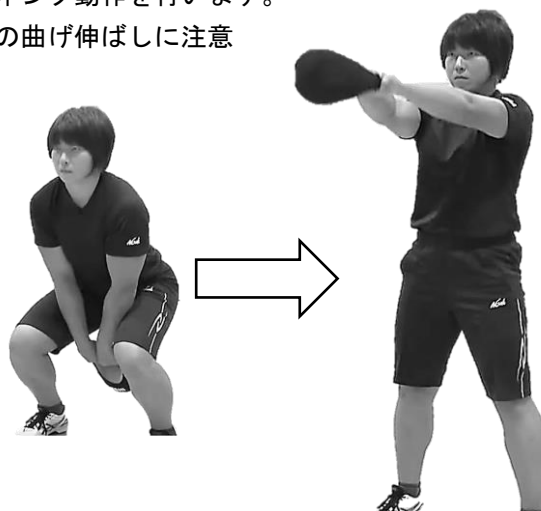
※背筋に力を入れたまま 直立姿勢を崩さない 反動のつけすぎに注意



● スウィング

ソフトケトルベルを両手で持ち、スウィング動作を行います。

※背筋に力を入れたまま 下腿各関節の曲げ伸ばしに注意



ここに記載したほか、ソフトケトルベルを使用したトレーニング方法を弊社ホームページでご紹介しています。

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