

無料修理規定 (保証期間:ご購入日より 3ヶ月)

- 取扱説明書に従った使用状態で故障した場合は保証期間内に限り 無料修理いたします。
- 保証期間内でも次の場合には有料修理となります。
 - 本書の提示がない場合。
 - 本書に購入日の記載・販売店の捺印がない場合 (Santasanから直接購入の場合はお買い上げ証明書、運送会社のお届け伝票でも対応いたします。)
 - 本書を書き替えられた場合。
 - 使用上の誤り、または不当な修理・改造による故障及び損傷。
 - お引越しの運送・落下・水漏れなどによる故障及び損傷。
 - 火災・公害・および地震・落雷・風水害・その他の天変地異による故障及び損傷。
 - 過酷な条件のもとで使用されて生じた故障及び損傷。
 - 故障の原因が本製品以外にある場合。
 - 付属品などの消耗品の交換。
 - 車両船舶等に搭載されて生じた故障及び損傷。
 - 一般家庭用以外の用途 (業務用等) で生じた故障及び損傷。
 - 取扱説明書に記載された「使用上のご注意」を守られない場合の故障及び損傷。
- 修理窓口へ送付した場合の送料等は、お客様負担となります。
- 本製品の故障に起因する付随的損害については責任を負いかねます。
- 保証に関してご不明な点がありましたら、まずは販売店までお問い合わせ下さい。
- 本書は日本国内においてのみ有効です。
- 本書は再発行いたしませんので大切に保管して下さい。

アフターサービス

保証期間経過後の修理については、ご希望により有料で承りますが故障状況によっておことわりする場合がございますのであらかじめご了承ください。

発売元

Santasan
http://santasan.net

保証書 〈ぶるぶる振動マシン〉 品番: biyou-buruburuss

この度は当社商品をお買い上げいただき誠にありがとうございます。
この保証書は、保証期間中に故障が発生した場合には、上記の無料修理規定に遵じて無料修理をお約束するものです。この製品が、万一保証期間内に故障した場合は、本頁記載の発売元までご連絡をお願いします。保証期間内に限り無料で修理をさせていただきます。
(往復の送料はお客様のご負担となります。)

この保証書は、本書に明示した期間、条件のもとにおいて無料修理をお約束するものです。したがって、この保証書によってお客様の法律上の権利を制限するものではありませんので、保証期間経過後の修理などについてご不明な点がありましたら上記の発売元までご連絡ください。

※修理をご希望される場合、本書と本製品のお買い上げ証明 (発送通知メールや運送会社伝票など) の提示が、必ず必要となります。保証書とお買い上げ証明書を大切に保管して下さい。お買い上げ証明できるものが無い場合は、無料修理はお引き受けできません。またSantasan (発売元) 以外でご購入された場合は、まずは販売店へ連絡してください。

お客様のご住所		保証期間: ご購入日より 3ヶ月	
お氏名	様	お電話番号 (購入時)	
(〒 -)			
ご購入日	年 月 日	ご購入日と販売店の記載・捺印がない場合は、無料修理はいたしかねますので有料修理となります。予めご了承ください。	
正規販売店		印	

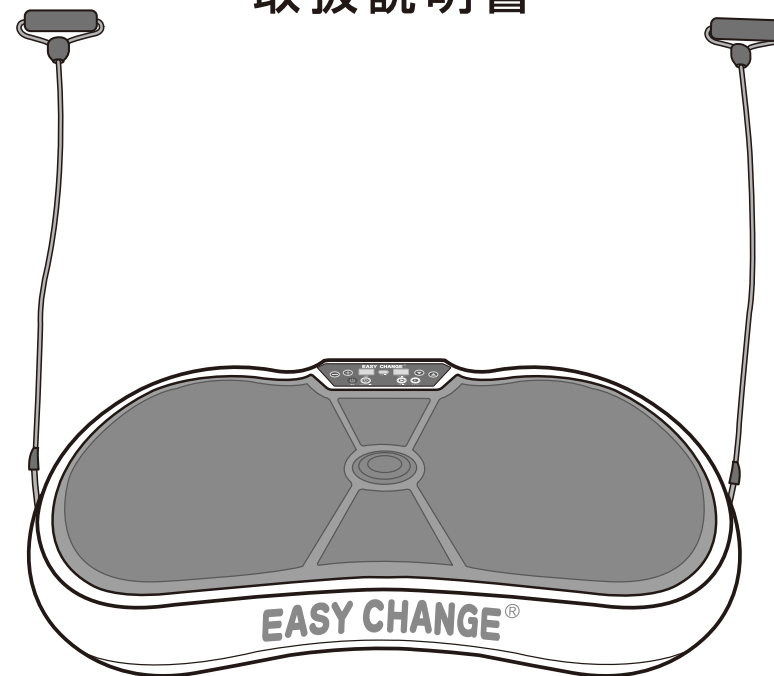
※正規販売店とは **Santasan** (日本タイガー電器株式会社) と正規な契約をしている販売店のことです。

EASY CHANGE[®]

ぶるぶる振動マシン

安全・快適にご使用いただくために必ずお読みください。

取扱説明書







商品番号: biyou-buruburuss

本製品をお買い求め頂きまして誠にありがとうございます。
ご使用前に必ずこの取扱説明書をお読みの上、正しくお使いください。
お読みになった後は、大切に保管し、必要なときにお役立てください。

⚠ 安全上のご注意



安全のために必ずお守りください

商品および取扱説明書にはお使いになる方や他の人への危害と財産への損害を未然に防ぎ、安全に正しくお使いいただくために重要な内容を記載しております。下記の内容（表示・図記号）をよく理解してから本文をお読みになり、記載事項をお守りください。

表示の説明	
 警告	「取り扱いを誤った場合、使用者が死亡または重傷を負う事が想定される内容」を示しています。
 注意	「取り扱いを誤った場合、使用者が障害を負う事が想定されるか、または物的損害の発生が想定される内容」を示しています。
 禁止	してはいけない内容です。
 強制	実行しなければいけない内容です。

安全にご使用いただくために

- 取扱説明書に記載されていない方法や、一般家庭用以外（業務用など）でのご使用や、用途以外の目的でのご使用は、事故やけがの原因となります。絶対におやめください。
- お客様の不注意による破損・けがに対する責任は負いかねますのでご了承ください。
- 故障と思われる場合は、ご使用にならないでください。
- 取扱説明書のガイドライン、指示が守られない場合は、弊社は一切の責任を負いかねます。
- 本製品はおもちゃではありません。お子様のご使用は避けてください。

⚠ 警告	
 分解禁止	修理技術者以外の方は、絶対に改造・分解・修理をしないでください。 ※ 火災・感電・けがの原因になります。 [修理はお買い上げの販売店にてご相談ください。]
 禁止	本製品は国内専用の家庭用です。100V50/60Hzの電源以外、業務用や使用目的以外には使用しないでください。 ※ 破損および火災の原因になります。 [海外で変圧器を用いて使用した場合は、保証の対象外になります。]

○バリエーション運動

太もものエクササイズ

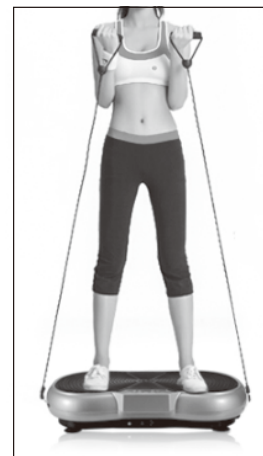
足を開いて直立し、そのままの姿勢で膝を曲げて腰を落とし、バランスを保ちます。

脚首・ふくらはぎのエクササイズ

地面に座り、両手で体をしっかり支えて、両足を振動マシンに乗せ、バランスを保ちます。

肩まわり・二の腕のエクササイズ

両手を振動マシンに乗せ、両膝を地面につけて腰を上げ、バランスを保ちます。



○ストレッチバンドを使った運動

上腕二頭筋のエクササイズ

足を開いて直立します。
両手でストレッチバンドを握り、しっかり引張りながら親指を上に向けて腕を上下させます。

肩まわり・二の腕のエクササイズ

足を開いて直立し、膝を軽く曲げます。両手でストレッチバンドを握り、親指を下に向け、左右の腕を伸ばしながら肩の高さまで水平に上下させます。

胸・腰まわり・ヒップのエクササイズ

片足を振動マシンに乗せ、ストレッチバンドを握り、しっかり引張りながら、両手を前後に3分間振ります。足を代えて3分、この運動を繰り返します。

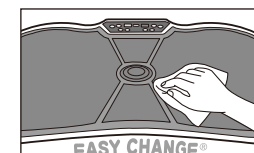
■移動方法

本製品には、キャスターがついていますので、キャスターと反対側の縁をしっかり握って持ち上げ、キャスターで滑らせて移動する事が出来ます。



■お手入れ方法

汗や埃などの汚れが付着した場合は、乾いた柔らかい布で拭き取ってください。
また、しつこい汚れの場合は、薄めた中性洗剤をひたした布で汚れを拭き取ります。その後、乾いた布で拭いてください。



※注意：本体の隙間に手や指などを挟まないよう、ご注意ください。

■ご使用方法

基本のエクササイズ運動



腰まわり・ヒップのエクササイズ

足を肩幅に開いて直立し、バランスを保つ全身運動。



腰まわり・脚のエクササイズ

片足を振動マシンに乗せ、前方向に向けて体重をかけていきます。



脚のエクササイズ

椅子やソファーに背筋を伸ばして座り、両足を振動マシンに乗せ、バランスを保ちます。



腰・上半身のエクササイズ

振動マシンに座り、両腕でしっかりと体を支えバランスを保ちます。

⚠ 警告



禁止

たこ足配線をししないでください。(エアコン、冷蔵庫、電子レンジなどの大きな電力を使う機器と併用して、コンセントや配線器具の定格を超える使いかたはしない) ※たこ足配線などで定格を超えると発熱し、発火の原因になるとともに、接続している機器の損傷の恐れがあります。

電源プラグは根元まで確実に差し込み、傷んだ電源プラグやゆるんだコンセントは使わないでください。※感電、ショート、発火の恐れがあります。

濡れた手で電源プラグの抜き差しをししないでください。
※感電やけがの恐れがあります。

本体を丸洗いしたり、水に浸けたり水をかけたりしないでください。
※ショートによる感電の原因になります。

電源コードを束ねたり、引っばったり、無理に曲げたり、ねじったり、重い物をのせたり、傷付けたり、高温部に近づけたり、加工したり、挟み込んだりしないでください。
※傷んだまま使用すると感電や故障、発熱や発火で火災の原因になります。

子供だけで使用させたり、おもちゃとして絶対に使わせしないでください。幼児の手の届く所で使用したり、子供や幼児の手の届く所に保管しないでください。
※けがの原因になります。

本体を落としたり、強い衝撃を与えたり、コードを持って移動しないでください。
※製品が破損したり、落とした際にけがをする恐れがあります。
[万一事故が起きてても、弊社は一切の責任を負いかねます。]



必ず守る






異常(異音・異臭・焦げ臭い・動かない・ビリビリと電気を感じる・コードを動かすと通電したりしなかったりするなど)がある時には、直ちに電源プラグをコンセントから抜き、使用を中止してください。
※異常のまま使い続けると、発煙・火災・感電やけがに至る恐れがあります。
[修理はお買上げの販売店にてご相談ください。]

電源プラグを抜く時は、コードを引っ張らずに必ずプラグ部分を持って抜いてください。※断線やスパークして発火の原因になります。

電源コードが異常に熱くなる時は、使用を中止してください。
※ショートによる発火の恐れがあります。

電源プラグのプラグ部分に付いたゴミやほこりは、定期的に乾いた布で取り除いてください。※湿気などで絶縁不良となり、火災の原因になります。

 **警告**

 禁止	<p>■次のような方は使用しないでください。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・16歳未満の方は、保護者の監督のもと、使用させてください。 ・また、ケガ防止のため、小さいお子様には使用させないでください。 ・めまいをおこして体のバランスを崩したり、意識を失ったことがある方。 ・妊娠中の方および可能性のある方。・体重が100kgを超える方。 ・発熱時や過労時。・骨や関節に疾患があり、運動によりその症状が悪化する可能性のある方。 <p>〈その他、以下の方はご使用をしないでください〉 生理中/中耳炎/ヘルニア/脊髄損傷/脳梗塞/高血圧/脊柱固定手術後/脳卒中・狭心症発作経験者/心臓・血管障害の治療中/ その他、身体に何らかの問題がある方は、必ず医師の許可を、得てから使用してください。</p>
 強制	<p>体調がすぐれない時は使用しないでください。</p> <p>加療中および、加療が必要な方は医師または理学療法士の指導のもと、使用可否を確認してください。</p> <p>■次のような方は医師（主治医）にご相談の上、使用してください。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・出産後6週間以内の方。・腰痛がある方。・手術後の方。 ・体の不自由な方や関節や筋などに障害のある方。 ・エクササイズの実験がない方。 <p>〈健康診断を受けてエクササイズされることをおすすめします。〉</p> <p>■次のような方は必ず信頼できる方が付き添って使用してください。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・高齢者の方。・身体に障害をお持ちの方。・監督が必要な方。 <p>■以下の場合、ただちにエクササイズを中止し症状が回復しないときは速やかに医師に相談してください。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・めまいが起きた場合。・気絶しそうになった場合。 ・吐き気、胸の痛み、背中の痛み、腰や関節などに痛みや違和感を感じる時など普段と違う症状を感じたとき。
 禁止	<p>お子様やペット（動物）の近くでは使用しないでください。 思わぬケガや事故の原因になります。</p> <p>食後すぐは本製品を使用しないでください。食後は、1時間程度空けて使用してください。 ケガや事故、体調不良の原因となります。</p>
 強制	<p>使用前、使用後は必ず各部品の点検を行ってください。 破損、割れ、亀裂、変形、不具合などがある場合は、直ちに使用を中止してください。</p>
 禁止	<p>過度のエクササイズはしないでください。 （1回のご使用は、15分までとしてください。） 逆効果となり身体機能を低下させ正しく回復しなくなる恐れがあります。</p>

■モード機能について
●手動モード

スピードは1～99段階あり、時間は1～15分間で設定できます。

●自動モード

P0～P9のタイプがあります。お好みのモードをお選びください。

モード設定は、はじめから負荷を強くしないでください。
体に負担がかかりますので、はじめは弱めに調整し、慣れてきたら徐々に強くしてください。

■ご使用前の注意
エクササイズを始める前に

エクササイズを始める前に器具に破損やネジのゆるみがないか点検をしてください。異常がある場合は、使用しないでください。

●ウォームアップ

エクササイズの開始時およびエクササイズの区切り毎に、軽めのウォームアップを行うことで、筋肉がほぐれ、これから始める運動の準備となるだけでなく、ケガの予防や運動効果のアップに役立ちます。

○ウォームアップの後には、ストレッチ運動も行ってください。

○ストレッチ運動は、無理なく筋肉を軽く伸ばす程度までに行ってください。

○ゆるやかに、リズミカルに、落ち着いて手足を動かすようにしましょう。

●クールダウン

エクササイズが終わったら、クールダウンを行ってください。

○クールダウンは、5分から10分の簡単な運動とストレッチです。

○ストレッチ運動は、無理なく筋肉を軽く伸ばす程度までに行ってください。

○ゆるやかに、リズミカルに、落ち着いて手足を動かすようにしましょう。

 **注意**

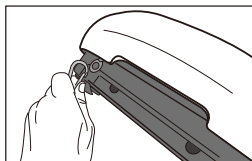
本製品の使用は、1回15分までとしてください。
長時間の使用は、筋肉や神経に対して必要以上の刺激となる恐れがあります。

■電源プラグ及び電源コードについて

- ご使用の前に電圧が製品の要求に合うかどうかを確認してください。
- 濡れた手でプラグの抜き差しはしないでください。感電する恐れがあります。
- コンセントを抜き差しする時は、電源コードのプラグをしっかり握って行ってください。
※電源コードは無理に引っ張ったり、曲げたりしないでください。
- 電源コードが破損した場合は、すぐに使用を中止してください。
※電源スイッチを切り、電源コードをコンセントから抜いて修理専門業者にご連絡ください。

■ストレッチバンドの取付

本体左右の裏面にあるフックに、ストレッチバンドを取付けます。



■電源スイッチと機能について

(本体スイッチ/リモコンスイッチ)

はじめに電源コードをコンセントに差し、本体側面にある電源スイッチを入れます。
本体の表示板に赤で「—」 「—」を表示していれば正常に通電しています。

Ⓜ 電源：表示がスピード00・時間HRの表示になり、時間と自動モードの選択が出来ます。
(スピードの選択は、開始後に出来ます。)

Ⓜ モード：自動モードの種類が選択出来ます。

▶ スタート：お好きなストレッチモードを選択して「開始」ボタンを押してください。本体が動き始めます。

Ⓜ ストップ：本体が徐々にスピードを落としながら停止します。

スピード：1～99段階あります。

▲ スピードアップします。

▼ スピードダウンします。

時間：1～15分間で設定できます。

⊕ 時間をプラスします。

⊖ 時間をマイナスします。



リモコンスイッチ →

■リモコンスイッチ専用モード

Ⓜ モード：下記の3種類のモードの切り替えが出来ます。

👤 スピード：20

👤 スピード：50

👤 スピード：80



⚠ 警告



水ぬれ禁止

製品が濡れた状態で使用しないでください。
事故やケガの原因になります。乾いた布でふき取ってからご使用ください。

⚠ 注意



禁止

使用中に、電源プラグをコンセントから抜かないでください。
※故障の原因になります。必ず電源を切ってからおこなってください。

ヒーター、ストーブなどの暖房器具や可燃性スプレーなどの引火性物質を、本製品の近くで使用したり、保管しないでください。
※熱による変形や火災の原因になります。

直射日光で高温になる場所に放置したり、殺虫剤や掃除用のスプレーをかけないでください。
※熱による変形や変色、故障の原因になります。

電源を入れたまま放置しないでください。
※本体の過熱により、故障や火災の原因になります。



必ず守る

使用時以外やお手入れの際は、必ず電源プラグをコンセントから抜いてください。
※絶縁劣化などでの感電や漏電、火災、及びけがの原因になります。

停電時や、動かないなど製品に異常が生じた場合は、事故防止のため直ちにコンセントから電源プラグを抜いてください。



強制

平らで安定した場所に設置して使用してください。
思わぬケガの原因になります。

本製品を設定したり、使用するときは、指や手が可動部分に挟まれないように注意してください。
思わぬケガの原因になります。

エクササイズの際は、周囲最低1.5m四方には何も無いことを確認してください。

エクササイズ中のケガにつながる恐れがあります。




エクササイズ中は常に周りに注意し、安全な状態で行ってください。

本製品は停止ボタンを押すと、徐々にスピードを落としながら止まります。
完全に停止してから降りてください。

ゴム製やビニール製の運動着を着用する場合は、その運動着の使用説明書に従ってください。
発汗の蒸発を妨げ、体温が異常に高くなる恐れがあります。

裸足・スリッパ・スカートなどでは使用しないでください。ランニング用シューズかエアロビクス用シューズなどの靴底に滑り止めがついている運動靴を使用してください。
可動部分に挟まり、思わぬケガをしたり器具を破損する恐れがあります。

⚠ 注意

 強制	髪が長い方は、髪の毛をまとめてから使用してください。 事故の原因になります。
	動きやすく滑りにくい服装で使用してください。 ポケットの中は空にし、動きを妨げたり屈伸時に体にぶつかるようなベルト類は外してください。
 禁止	エクササイズ中にはヘッドホンステレオを使用しないでください。 コードが部品にからまる恐れがあります。
	本製品を同時に二人以上で使用しないでください。
 強制	徐々に体を慣らすように心がけてください。 最初から急激に運動量を増やすと体調を崩す恐れがあります。
	ご使用前の準備体操、およびご使用後の整理体操を行い、エクササイズはゆっくりと行ってください。 転倒し、ケガの恐れがあります。
 禁止	他の人が本製品をご使用のときは、手、足、もしくは物を乗せたり近づいたりしないでください。 可動部分に挟まり、思わぬケガをすることがあります。
 強制	■次のような場合は、ただちに運動を中止してください。 <ul style="list-style-type: none"> ・めまい、吐き気、胸の痛みなど普段と違う症状を感じたとき。 ・製品が破損したとき、または製品に異常を感じたとき。 ・周囲に人、動物などが近付いてきたとき。

■ご使用にあたってのお願い

- 本製品は、健康な方に向けて作られています。
体調に不安のある方は、必ず医師の許可を得てからエクササイズを行ってください。

■本製品の用途について

- 本製品は、一般家庭で個人が使用するために製造されたものです。
業務用として体育施設などで、その他不特定多数の方でのご使用は絶対にしないでください。

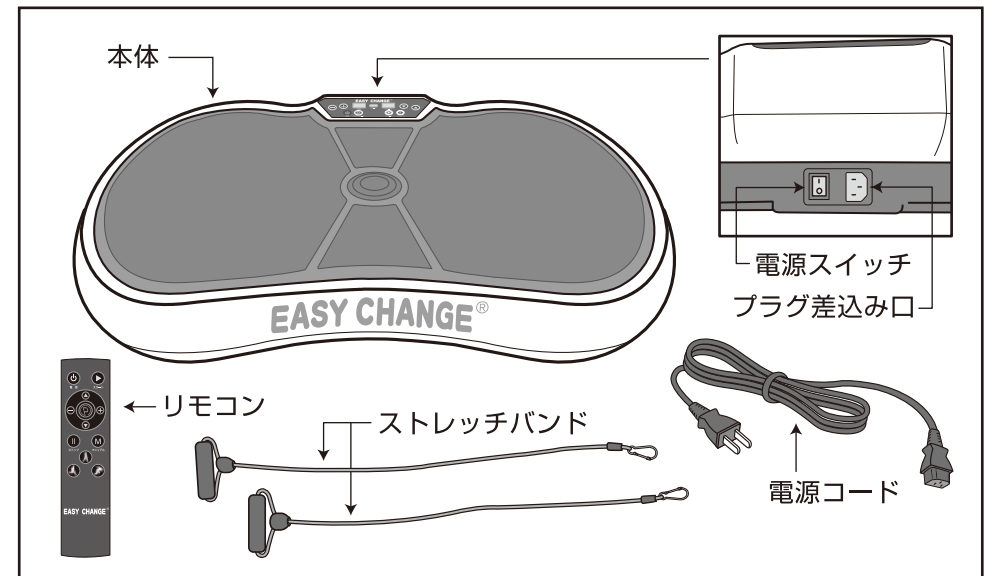
■製品の廃棄に関して

- 廃棄する地域の行政・自治体の指示に従い適切な方法で廃棄してください。

■製品の保守・点検に関して

- 破損がないか、使用前に点検してください。
異常がある場合はご使用にならないでください。
- 器具は清潔に保ってください。使用後はいつも本体についた汗、埃、もしくはその他の汚れを清潔な柔らかい布で拭き取ってください。
- 事故防止のため、本製品の製造者が販売、あるいは推奨している部品のみをご使用ください。
- 本体に異物が付着したまま使用すると故障およびケガの原因となります。
- 本製品を水に濡らさないでください。
万一、濡れた場合は乾いた布などで速やかに拭き取ってください。
- お子様の手の届かない場所で保管してください。

■各部位の名称



■製品仕様 (製品仕様は改良の為予告なく変更する場合があります)

- 品番 : biyou-buruburuss
- 定格電圧 : AC 100V、50/60Hz
- 消費電力 : 200W
- 定格時間 : 15分
- 商品サイズ : 約38cm(長さ) 67.5cm(幅) 14cm(高さ)
- 商品重量 : 約12.7kg
- 耐荷重 : 120kg以下
- コードの長さ : 約2m
- 原産国 : Designed in Japan, Made in China

■セット内容

- 本体一式(電源コード) × 1
- 取扱説明書(保証書付き) × 1
- リモコン × 1 (単4電池 × 2 別売)
- ストレッチバンド × 2