

使用方法

- ① 持ち手下部の突起を押し、格納されている止め板を出してください。
- ② 止め板下部の突起を穴にカチッと音がするまで差し込んでください。
- ③ ペットボトルを大きな円のほうに差し込んだ後、小さな円のほうに押し込んでください。



使用時の注意

- ※ 展開・収納時、装着時は指の挟み込みにご注意ください。
- ※ ペットボトルは市販の物をご使用ください。ペットボトルの形状が特殊な場合、装着できない場合がございます。
- ※ ウェイトの質量は1.5kg以下でご使用ください。
- ※ 樹脂成型品のため、サイズ及び質量表記と多少異なる場合がございます。