

ETB525
パワーラックDX

最大バーベル重量：300kg

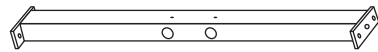
- 本製品はフリーウェイト用トレーニングラックです。本来の目的以外には絶対に使用しないでください。
- 指導者の適切な指導のもとでご使用ください。
- 設置場所は室内の平坦な場所を選び、安定した状態でご使用ください。
- トレーニングを行う際は必ず補助者をつけてください。
- 本製品を移動する際には、バーベルその他の物をおろし、2人以上で周囲の安全を確かめて行ってください。
- ご使用の際には器具を中心に1m範囲以内には何も置かないようにしてください。
- ご使用の際には必ずセーフティーバーを、可動域最下限の位置より上に設置してください。
- セーフティーバーに直接バーベルを落下させることは絶対にしないでください。
- バーベルシャフトの長さは190cm以上をご使用ください。
- 本製品で使用するバーベルの重量は300kg迄です。
- ご使用前に本製品に変形・破損・亀裂・ガタツキ、ボルトナットの緩み等がないか点検し、異状が確認された場合は直ちに使用を中止し、購入先へ連絡をし交換等の適切な処置を行ってください。

- 平坦な場所を選び保管してください。
- 湿気の多いところや直射日光の当たる場所・ほこりの多い所・熱源や火気の近くには保管しないでください。変形・変質・変色・破損等の原因になります。
- 本製品が汚れた場合、乾いた布等で拭いてください。汚れがひどい場合は、中性洗剤をうすめ柔らかい布にしみこませよくしぼり軽く拭き、その後乾いた布で拭き取ってください。
- 揮発性溶剤（ベンジン・シンナー・ガソリン等）の使用はおやめください。
- 定期的に本製品の変形・亀裂・破損・腐食、ボルトの緩み・破損・腐食等を点検し、異状が確認された場合は直ちに使用を中止し、交換等の適切な処置を行ってください。
- 本製品は使用上の経過で、変色・変質・劣化・破損等することがあります。
- 標準耐用年数は2年ですが、使用状況・使用環境で異なります。標準耐用年数は『スポーツ器具の正しい使い方と安全点検の手引き：（公財）日本体育施設協会』から引用しています。

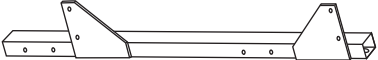
○セット内容 本製品は組立品です。開梱されましたら下記の部材が揃っているかご確認ください。

ボルト、ナットは工具でしめますのでモンキーレンチ等を2本ご用意ください。
(本製品は19mmのボルト、ナットを使用しております。)

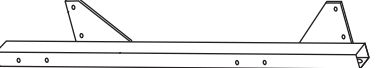
(E) : ベースフレーム中央 1 本



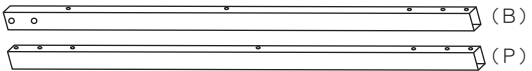
(H) : ベースフレーム 1本



(K) : ベースフレーム 1本



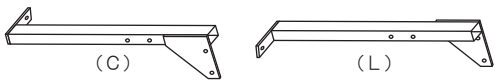
(B): 柱 2 本 / (P): 柱 2 本



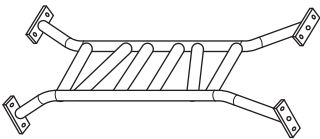
(A) : 上部フレーム中央 1本



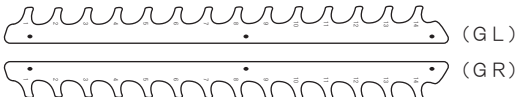
(C) : 上部フレーム 1 本 / (L) : 上部フレーム 1 本



(M)：チンニング用シャフト 1本



(GL): バー受け 2枚 / (GR): バー受け 2枚



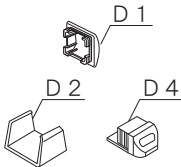
(D)：セーフティーバー（上面ゴム付） 2本



D 1 : ベースエンドキャップ 4 個

D 2 : フレーム受け 4 個

D4：フレームエンドキャップ 4個



A 1	M12×110 六角ボルト	4 本	
A 2	M12× 75 六角ボルト	4 本	
A 3	M12×105 六角ボルト	12 本	
A 4	M12×100 六角ボルト	20 本	

B 1	M12 用ナット	38 個	
C 1	M12 用ワッシャー	78 枚	

○準備

- ボルト、ナット、パーツを並べます。
- ボルト、ナット、ワッシャーのパーツ番号をよく確認してください。
- 組み立てる前にすべてのパーツに傷や破損がないか確認をお願いします。
- すべての準備が整いましたら組立に入ります。

発売元： **株式会社 エバニュー** お気付きの点並びにご不明な点は、購入先または弊社へお問い合わせください。

○お問い合わせ先
東京 TEL. 03-3649-6236 FAX. 03-5683-5946 大阪 TEL. 06-6762-2431 FAX. 06-6762-2425
e-mail: a-f@evernew.co.jp

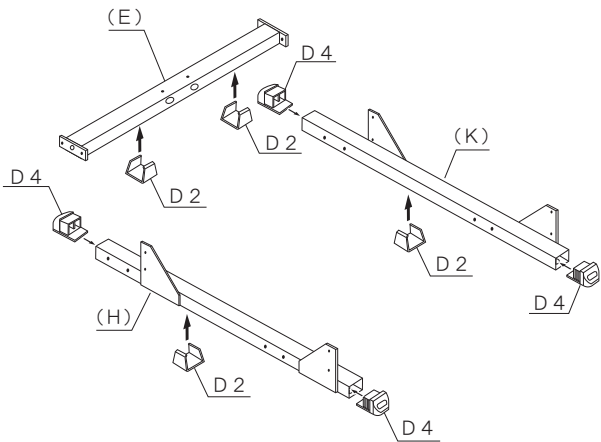
※無断転載禁止
※本書のイラストや図は、実際の商品と異なる場合があります。
※製品の改良等によって、本書の内容に一部、製品と合致しない箇所が生じる場合があります。あらかじめご了承ください。

○組立手順

1. (E)、(H)、(K) ベースフレームにD 2 ベースエンドキャップ、D 4 フレーム受けを取り付けます。

使用するパーツ

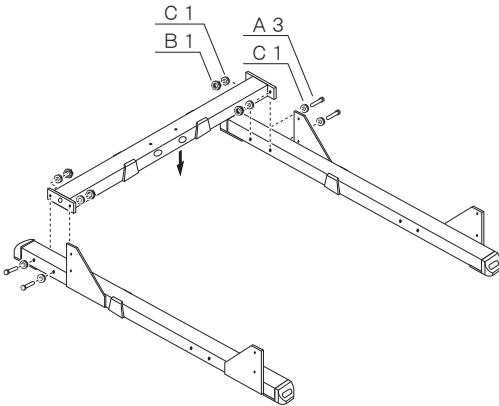
ベースフレーム	(E)、(H)、(K)
フレーム受け	D 2×4
ベースエンドキャップ	D 4×4



2. (E)、(H)、(K) ベースフレームをボルト、ワッシャー、ナットで組付けます。 (仮締め)

新たに使用するパーツ

ボルト、ワッシャー ナット	A 3×4 B 1×4 C 1×8

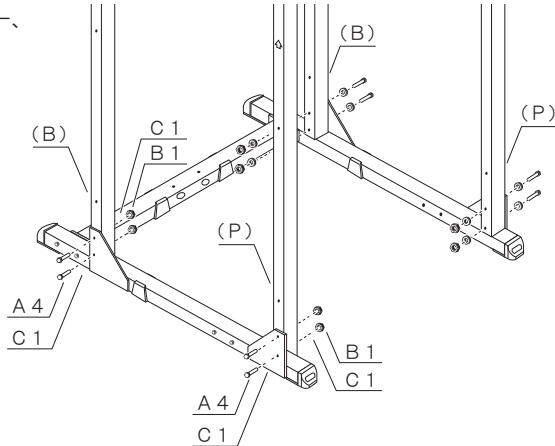


3. (B)、(P) 柱をベースへボルト、ワッシャー、ナットで組付けます。(仮締め)

新たに使用するパーツ

柱	(B)、(P)
ボルト、ワッシャー ナット	A 4× 8 B 1×8 C 1×16

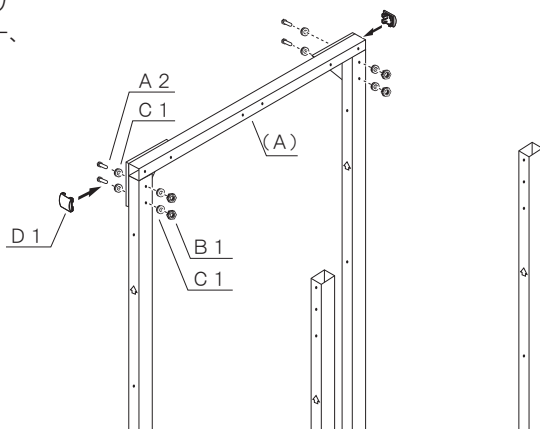
⚠ 注意 (B)、(P) 柱にはシールが貼ってあります。上下の向きに気を付けてください。



4. (A) 上部フレーム中央にフレームエンドキャップD 1をはめ込み、後部柱にボルト、ワッシャー、ナットで組付けます。(仮締め)

新たに使用するパーツ

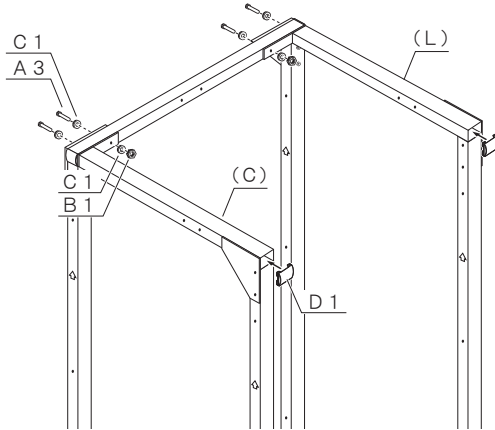
上部フレーム中央	(A)
フレームエンドキャップ	D 1
ボルト、ワッシャー ナット	A 2×4 B 1×4 C 1×8



5. (C)、(L) 上部フレームにフレームエンドキャップD 1をはめ込み、(A) 上部フレームにボルト、ワッシャーで組付けます。(仮締め)
※このボルトは工具を使用して締め付けてください。内側のボルトも同様に工具で回して締め付け、最後にワッシャー、ナットで締め付けてください。

新たに使用するパーツ

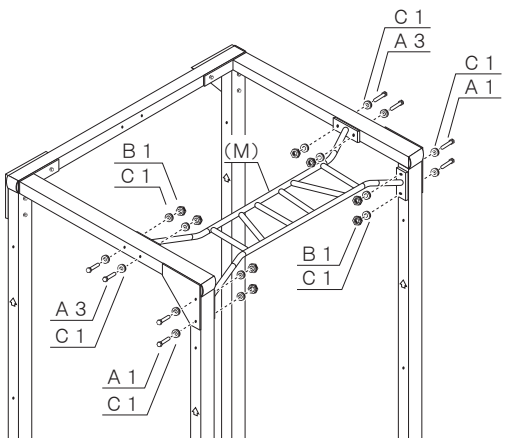
上部フレーム	(C)、(L)
フレームエンドキャップ	D 1
ボルト、ワッシャー ナット	A 3×4 B 1×2 C 1×6



6. (M) チンニング用シャフトを上部フレーム横にボルト、ワッシャー、ナットで組付けます。(仮締め)

新たに使用するパーツ

チンニング用シャフト	(M)
ボルト、ワッシャー ナット	A 1×4 A 3× 4 B 1×8 C 1×16



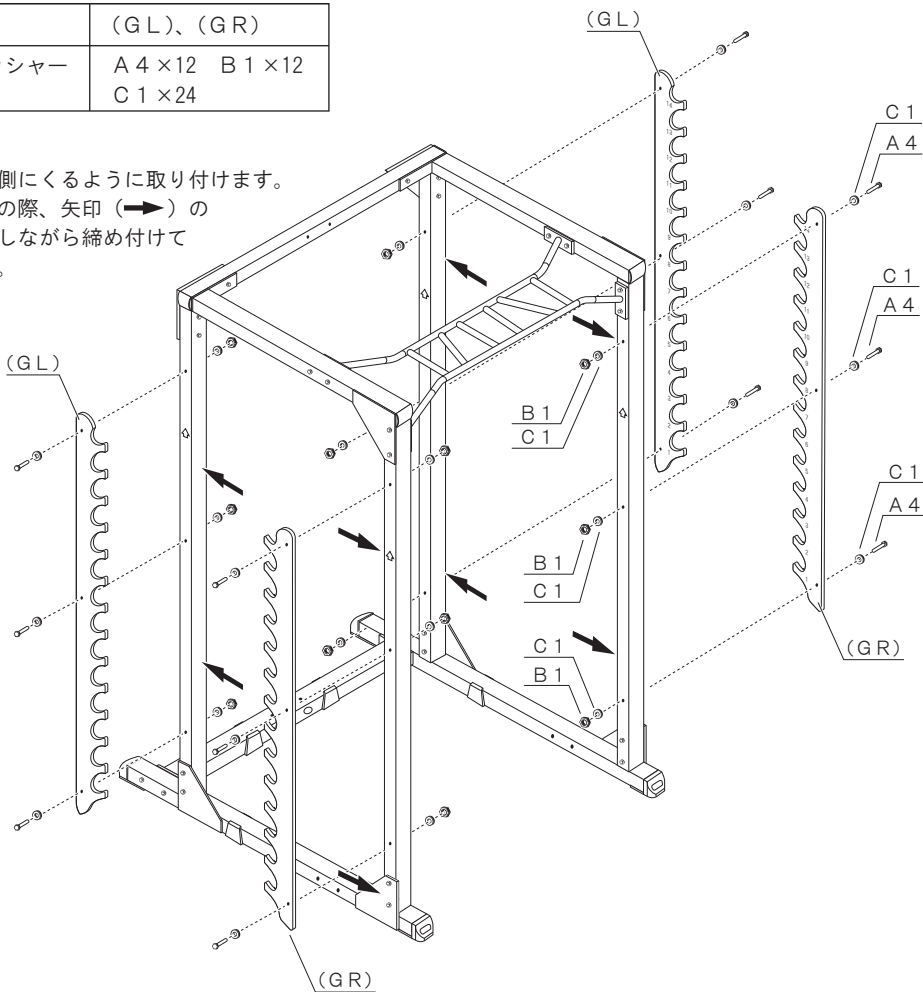
7. ここですべてのボルト、ナットを本締めします。

8. (GL)、(GR) バー受けをボルト、ワッシャー、ナットで組付けます。しっかり締め付けます。

新たに使用するパーツ

バー受け	(GL)、(GR)
ボルト、ワッシャー ナット	A 4 ×12 B 1 ×12 C 1 ×24

⚠ 注意
番号が内側にくるように取り付けます。
締め付けの際、矢印 (➡) の
方向へ押しながら締め付けて
ください。

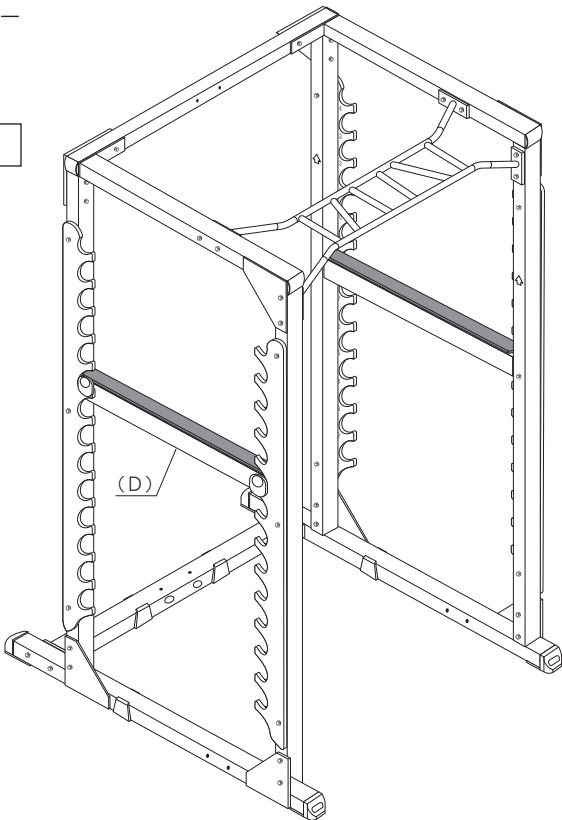


9. (D) セーフティーバーを (GL)、(GR) バー受けの同じ番号のところに取り付けます。

新たに使用するパーツ

セーフティーバー	(D)
----------	-----

⚠ 注意
一度すべてのラック部に (D) セーフティーバーが入るかご確認をお願いします。
入らない場所がある場合、手順8のボルト、ナットの締め直しで調整をお願いします。



10. 完成です。

○使用方法

- バー受けにバーベルシャフトをかけてバーベルトレーニングを行います。
- バーベルシャフトにウェイトプレートを1枚ずつ左右交互にセットしてください。
- ラック内にフラットベンチやインクラインベンチを置いて、ベンチプレス台としても使用できます。
- セーフティーバーは、バー受けに戻せない状態の時に使用します。
- 必ず体格、トレーニング種目に合わせてセーフティーバーの設置高さを決めて設置してください。