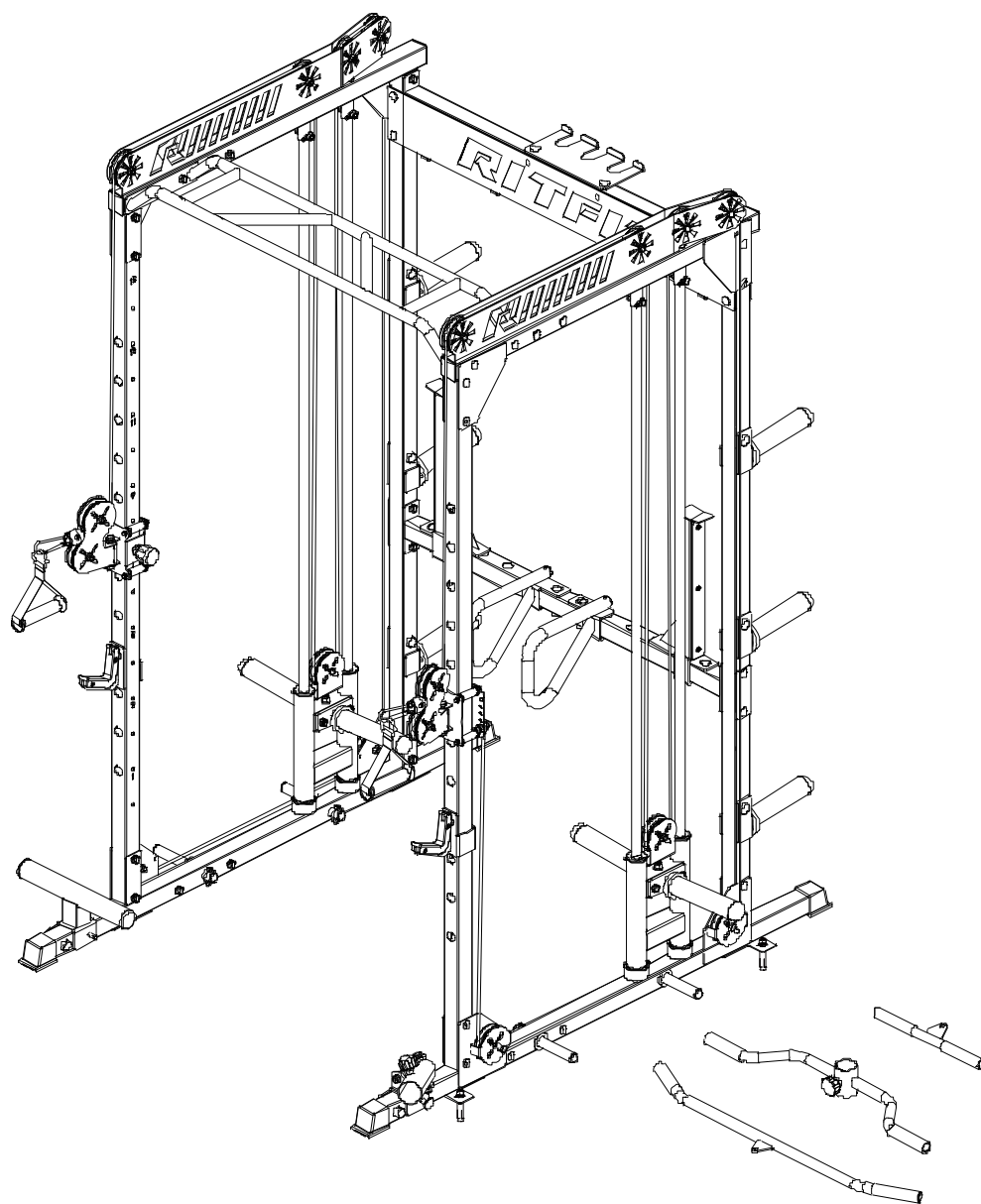


ケーブルクロスオーバー 機能付きスミスマシン M1 PRO



重要:この製品を使用する前に、すべての注意事項を注意深く読んでください。将来の参照のために、取扱説明書を保管してください。

- 製品に不具合もしくは部品不足があった場合、他社の代替部品を使用したり、欠陥の部品を使用しないでください、必ず弊社RITFIT JAPANにご連絡ください。
- 製品には季節的に追加機能が実装される場合がありますが、生産時に取扱説明書の線画図に掲載されていない場合があります。これらの機能追加は、マシン本体の性能や組み立てには影響しません。組み立て中に更なる説明が必要な場合はお気軽にお問い合わせください。
- この製品は、軽商業用または家庭用に設計されています。軽商業用とは、複数の利用者がいる場所であるが、会員制ではない場所のことです。例えば、ホテル、消防署、高校などが挙げられます。商業用は、設備の使用のために会員を受け入れる場所を含みますが、これには限りません。
- この製品の安全性を保証するため設計および製造されています。ただし、製品を組み立て・使用する際には、必ず以下の安全手順を読んで、細心の注意を払ってください：

1. 子供やペットをこの機材に近づけないでください。
2. 本マシン全体構造の完全性、安定性を保証するため、使用前に必ず本マシンを検査してください。一部の部品は、摩耗や損傷により、定期的なメンテナンスが必要になる場合があります。
3. 使用状況に応じて可動部分に潤滑油を塗布してください(月に1回程度が目安)。
4. 安全のため以外、一度の使用は一人にしてください。(例: 一部のウェイトベンチでのスポッタースタンドなど)。
5. 使用中にめまい、吐き気、胸の痛みなどの異常を感じた場合は、直ちにトレーニングを中止してください。直ちに医師に相談してください。
6. この装置は、常に水平な面で使用してください。屋外や水の近くで使用しないでください。
7. 使用中は、意図的に身体を近づけるべきでない可動部分から手足を離してください。
8. 使用中に身体の一部を近くに置くことを意図していない可動部分からは、手足を遠ざけてください。
9. このマシンを使用する前に、必ずストレッチ運動でウォームアップを行ってください。
10. このレッグプレスマシンは、マニュアルに記載されている意図された用途にのみ使用してください。
11. 運動するときは、常に適切な運動服と靴を着用してください。装置に巻き込まれる可能性のあるロープやその他の衣類を着用しないでください。
12. 運動プログラムを開始する前に、医師に相談してください。
13. ご不明な点がございましたら、カスタマーサービス support@ritfit.jp までメールでお問い合わせください。

製品お手入れとメンテナンス

- 設備使用前には全ての部品を点検し、締め付けを確認してください。
- 設備の清掃には湿った布と研磨剤を含まない中性洗剤を使用できます。溶剤の使用は絶対に避けてください。
- 設備の損傷や摩耗の有無を定期的に点検してください。
- 不良部品は直ちに交換するか、修理が完了するまで使用を中止してください。
- 定期点検を怠ると、設備の安全性が損なわれる可能性があります。

パワーケージに関する保証

A. RitFit Japanの基本保証の範囲は何ですか？

下記項目に参照してください。

B. 対象となるのは誰ですか？

購入者は基本保証の対象となります。

C. 対象範囲は？

基本保証では、多機能パワーケージの材料、製造工程、または工場での準備に欠陥があり、製造工場から出荷されたときにそのアイテムを修理するために必要なすべての部品と人件費の費用がカバーされます。これらの保証修理または調整は、新しい部品または再生部品を使用して、RitFit によって無料で行われます。

D. 保証はいつから？

基本保証は注文日から開始されます。

E. 保証はいつ終わるの？

基本保証は開始日から 36 か月間継続しますが、次の項目は 12 か月間のみ保証されます: ボルト・ナット・ワッシャー・フットカバー・J-フック・プレート収納ラック。

F. 補償対象外について教えてください

基本保証は、材料および加工に起因する欠陥に適用されますがパワーケージのマットフィニッシュの外観には適用されません。マットフィニッシュの外観を維持することは、所有者の責任です。基本保証は、空気中の落下物、昆虫の被害、化学物質、塩、海水のような環境要因によって引き起こされた損傷をカバーしません。また、ヘイルストーム、風雨、竜巻、砂嵐、雷、洪水、地震によって引き起こされた損傷もカバーしません。保証は、マルチ機能パワーケージに影響を与える何らかの条件に起因する状況をカバーしません。

G. お問い合わせ方法は？

お問い合わせは、ご購入したサイトのお問い合わせ及びsupport@ritfit.jpにたメールでお問い合わせください。組み立て前に部品が紛失、摩耗、損傷、破損した場合、または部品を交換する必要がある場合は、support@ritfit.jp までご連絡ください。

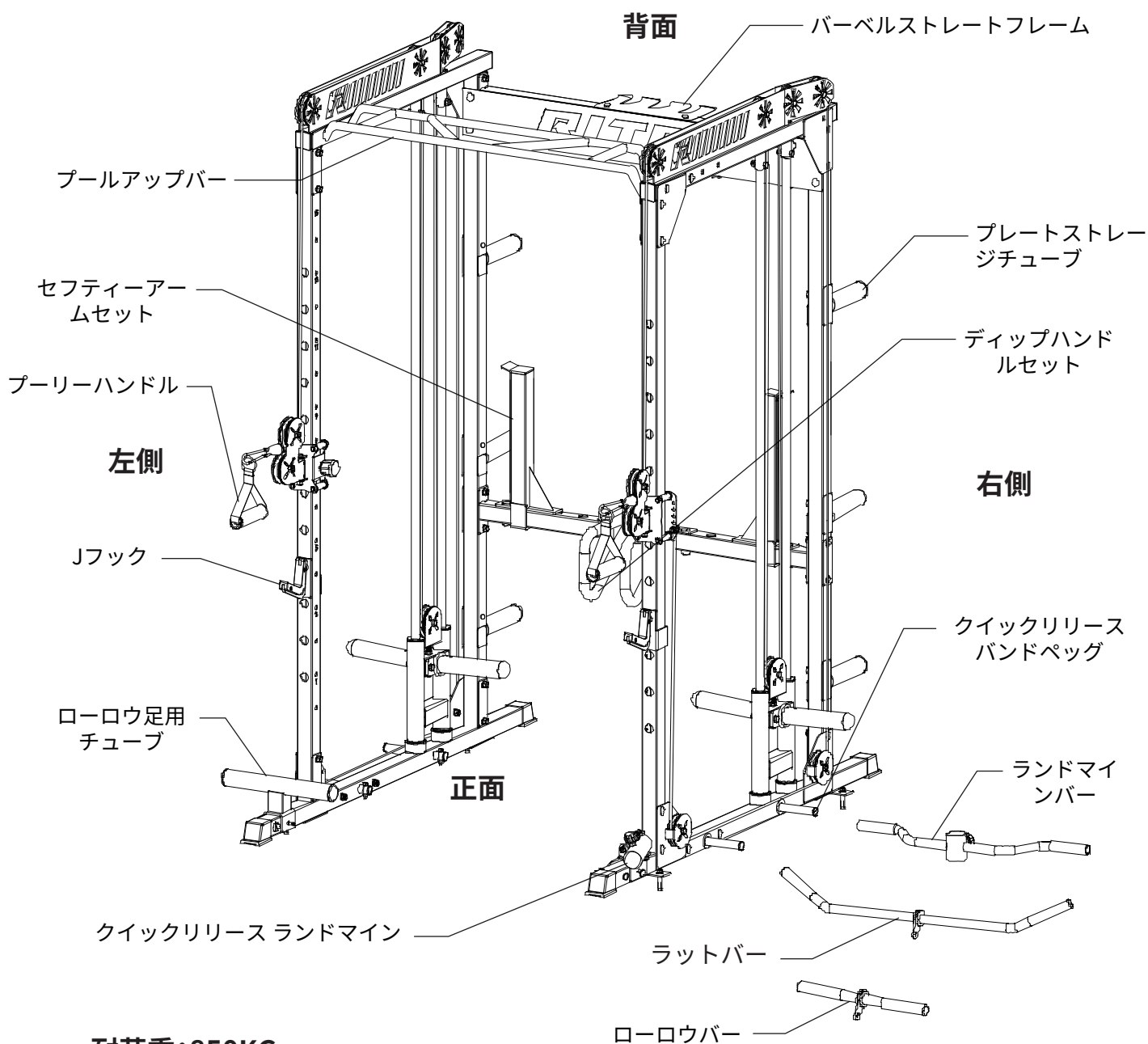
RITFIT® ケーブルクロスオーバー機能付きスミスマシンを選んでいただきありがとうございます。このスミスマシンは、ユーザーのトレーニング効率を最大化し、調整やセットアップの時間を最小限に抑えるために設計・製造されています。

このスミスマシンを使用する前に、このマニュアルをよくお読みください。さらに質問がある場合は、当社のカスタマーサービス部門 (support@ritfit.jp) までメールでお問い合わせください。お問い合わせの前に、製品のモデル番号と注文番号・注文プラットフォームをお知らせください。

このマシンの型番はM1 PROです。

さらに読む前に、下の図を確認し、ラベルが付けられている部品についてよく理解してください。

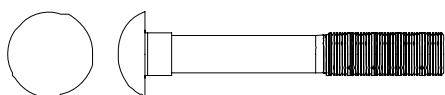
注意: この取り扱い説明書の文章の中にある左側・右側などの方向を示す名詞の標準は、全部このページの下部の写真に基づきます。



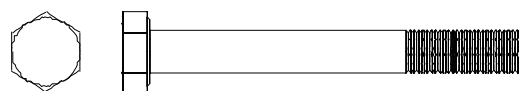
耐荷重:850KG

•部品と工具

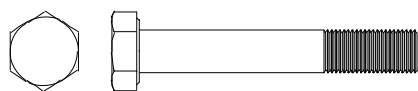
NO.	部品名	数量
a	M10x70 スクエアネックボルト	30
b	M10x80 六角ボルト	4
c	M10x45 六角ボルト	4
d	MM10x25 六角ボルト	2
e	M10x90 ダウンピン	2
f	M10 ナット	40
g	M10 ワッシャー	50
h	片口スパナ17-19	1
i	片口スパナ 14-17	1
j	4mm六角レンチ	1
k	M10エクспанションボルト	4
l	潤滑油	1
m	M5x40リングボルト	4
n	カラー	4



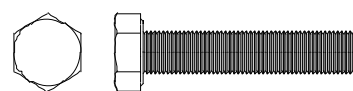
(a) M10x70 スクエアネックボルト
30x



(b) M10x80 六角ボルト
4x



(c) M10x45 六角ボルト
4x



(d) M10x25 六角ボルト
2x



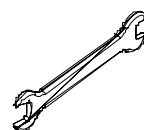
(e) M10x90 ダウンピン
2x



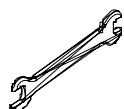
(f) M10 ナット
40x



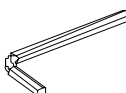
(g) M10 ワッシャー
50x



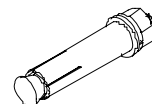
(h) 片口スパナ17-19
1x



(i) 片口スパナ 14-17
1x



(j) 4mm六角レンチ
1x



(k) M10エクспанションボルト
4x



(l) 潤滑油
1x



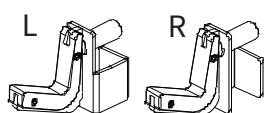
(m) M5x40リングボルト
4x



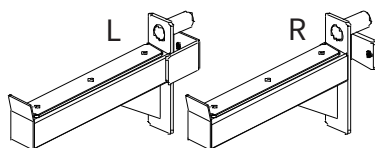
(n) カラー
4x

• メインフレーム

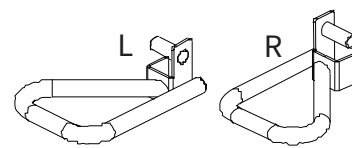
NO.	部品名	数量
A	Jフックセット	1
B	セフティーアームセット	1
C	ディップハンドルセット	1
D	ランドマインバー	1
E	クイックリリースプレートホルダー	6
F	ローロウ足用チューブ	1
G	クイックリリース ランドマイン	1
H	クイックリリースバンドペグ	4
I	ラットバー	1
J	ローロウバー	1



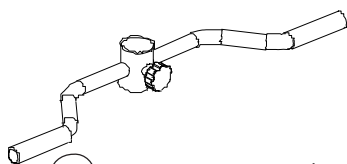
Ⓐ Jフックセット
1x



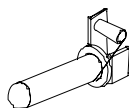
Ⓑ セフティーアームセット
1x



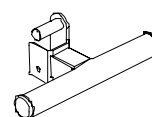
Ⓒ ディップハンドルセット
1x



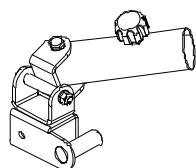
Ⓓ ランドマインバー
1x



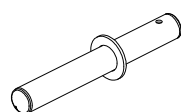
Ⓔ クイックリリースプレートホルダー
6x



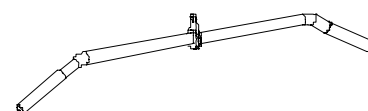
Ⓕ ローロウ足用チューブ
1x



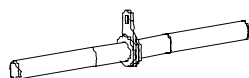
Ⓖ クイックリリース ランドマイン
1x



Ⓖ クイックリリースバンドペグ
4x



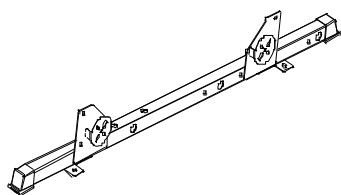
Ⓖ ラットバー
1x



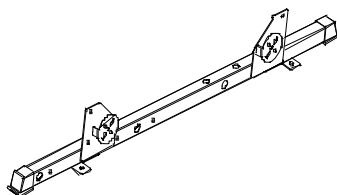
Ⓖ ローロウバー
1x

・メインフレーム

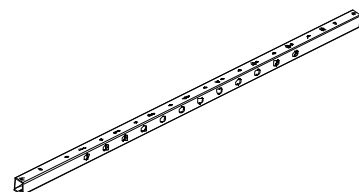
NO.	部品名	数量
1	ボトムベースフレーム（左側）	1
2	ボトムベースフレーム（右側）	1
3	直立フレーム（正面）	2
4	直立フレーム（背面）	2
5	上部クロスフレーム（左側）	1
6	上部クロスフレーム（右側）	1
7	リアクロスビーム	1
8	Ritfitネームプレート	1
9	プルアップバー	1
10	スライダー（左側）	1
11	スライダー（右側）	1
12	ボトムクロスビーム	1
13	ノブ	2
14	ボルトプレート	8



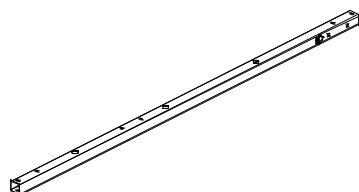
① ボトムベースフレーム（左側）
1x



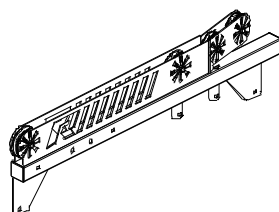
② ボトムベースフレーム（右側）
1x



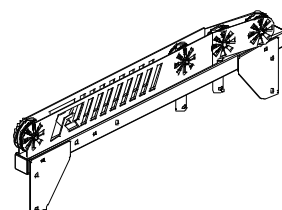
③ 直立フレーム（正面）
2x



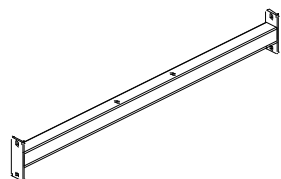
④ 直立フレーム（背面）
2x



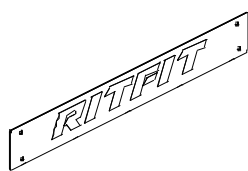
⑤ 上部クロスフレーム（左側）
1x



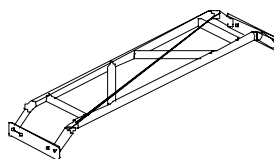
⑥ 上部クロスフレーム（右側）
1x



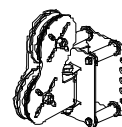
⑦ リアクロスビーム
1x



⑧ Ritfitネームプレート
1x



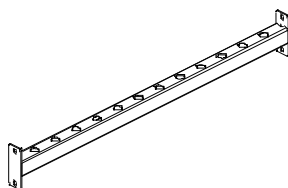
⑨ プルアップバー
1x



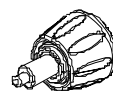
⑩ スライダー（左側）
1x



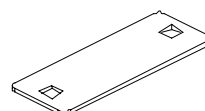
⑪ スライダー（右側）
1x



⑫ ボトムクロスビーム
1x



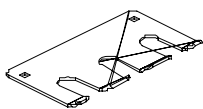
⑬ ノブ
2x



⑭ ボルトプレート
8x

・プーリーシステム

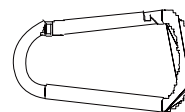
NO.	部品名	数量
15	オリンピックバーストレージフレーム	1
16	ゴムパッド	4
17	カラビナ	2
18	プレートキャリッジ-1	2
19	プレートキャリッジ-2	4
20	プーリーハンドル	2
21	ガイドロッド	4
22	ケーブル	2
23	ラチェットレンチ	1



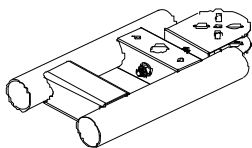
⑮ オリンピックバーストレージフレーム
1x



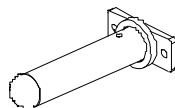
⑯ ゴムパッド
4x



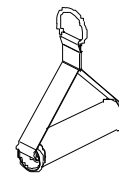
17 カラビナ
2x



⑱ プレートキャリッジ-1
2x



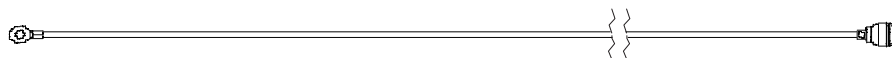
⑲ プレートキャリッジ-2
4x



⑳ プーリーハンドル
2x



㉑ ガイドロッド
4x



㉒ ケーブル
2x

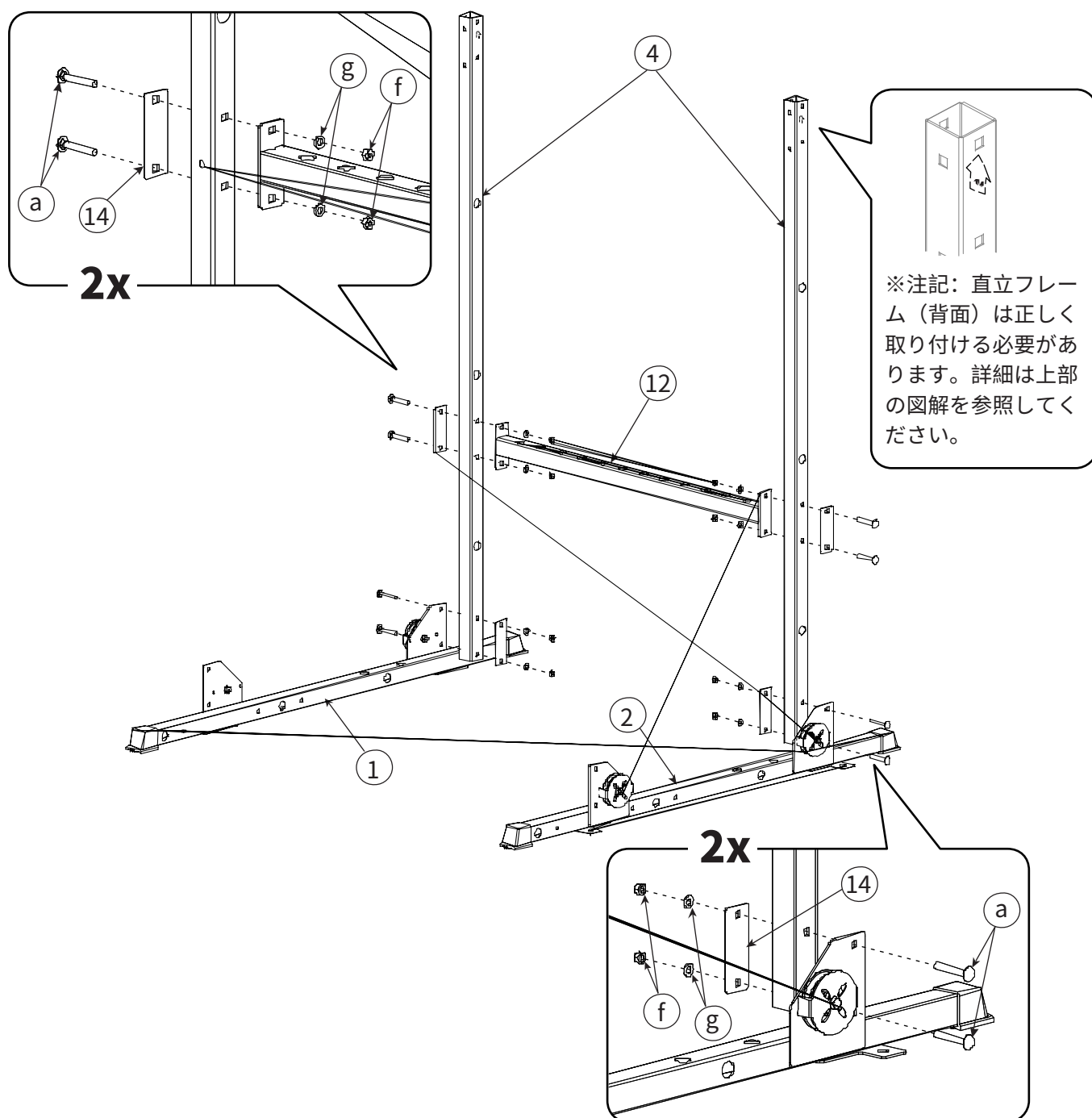


㉓ ラチェットレンチ
1x

(※締結具の締め付けや緩めを迅速かつ簡単に行えますので、保管してください。)

STEP 1 (二人以上が必要です)

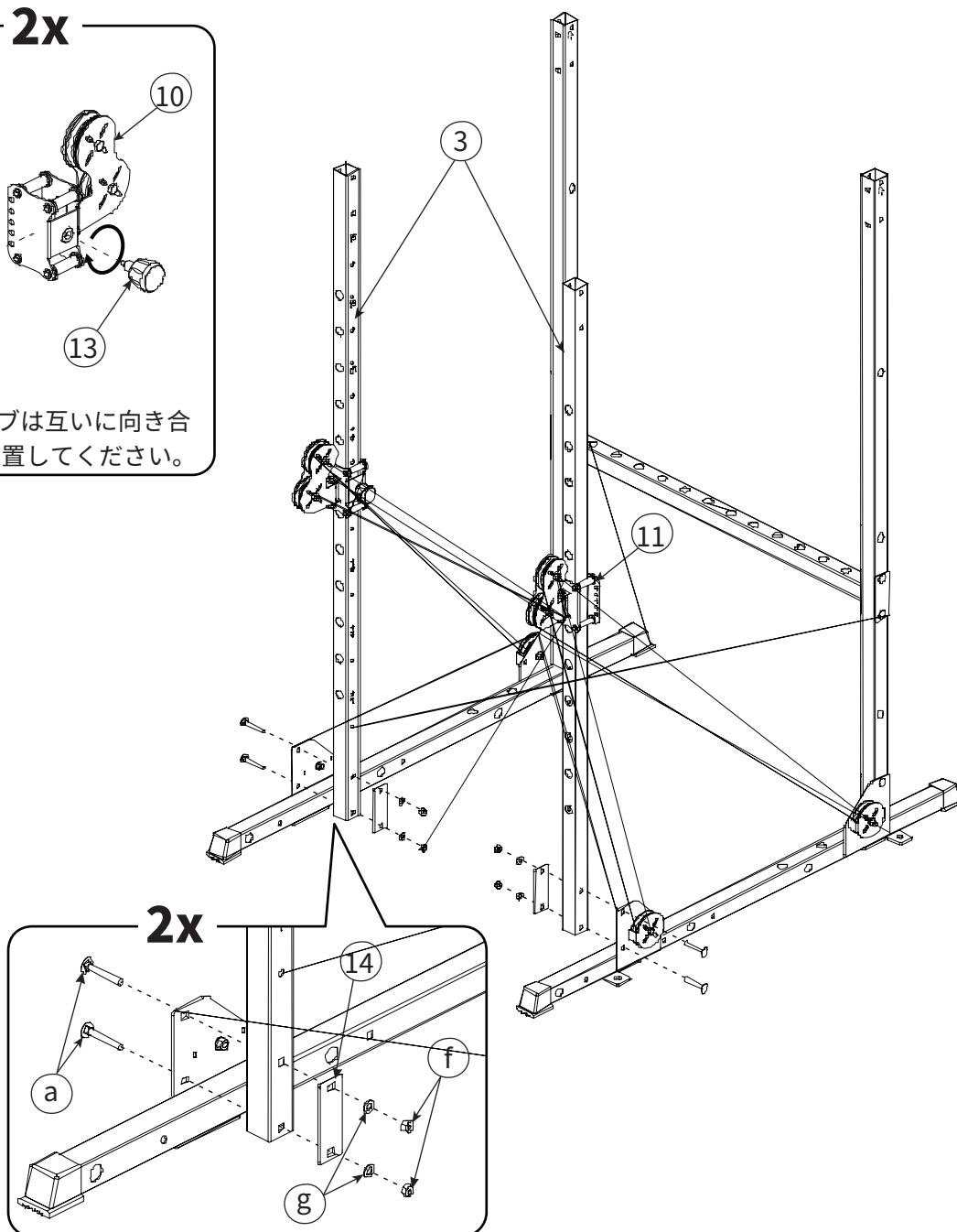
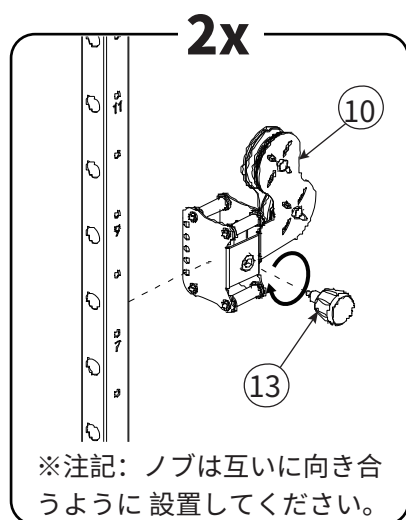
NO.	部品名	数量
a	M10x70スクエアネックボルト	8
f	M10ナット	8
g	M10ワッシャー	8
1	ボトムベースフレーム (左側)	1
2	ボトムベースフレーム (右側)	1
4	直立フレーム (背面)	2
12	ボトムクロスビーム	1
14	ボルトプレート	4



※注意: メインフレームのすべての組立工程が完了するまで、すべてのボルトを締め付けしないでください。そうしないと、ラックが不安定になったり、反ったりする場合があります。

• STEP 2 (二人以上が必要です)

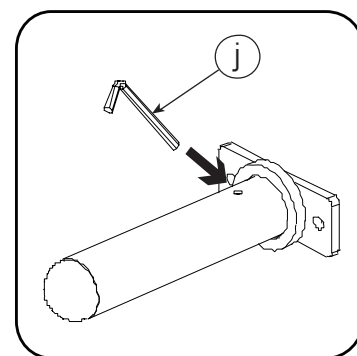
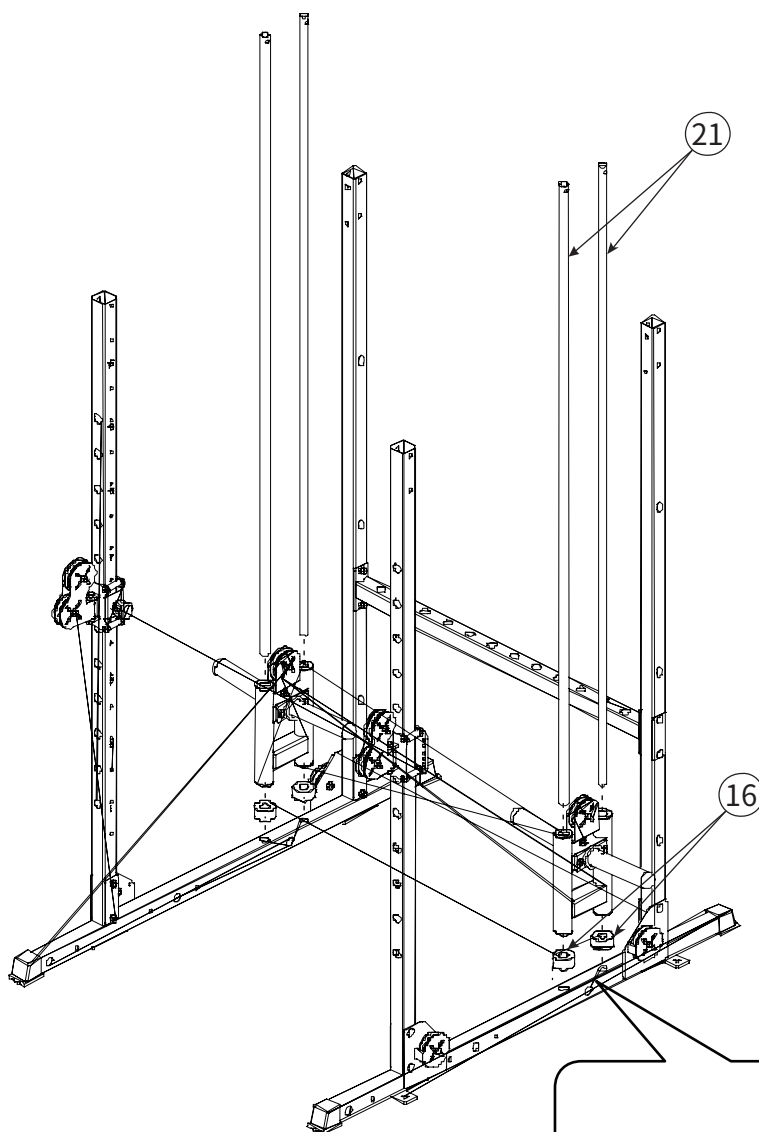
NO.	部品名	数量
a	M10x70スクエアネックボルト	4
f	M10ナット	4
g	M10ワッシャー	4
3	直立フレーム (正面)	2
10	スライダー (左側)	1
11	スライダー (右側)	1
13	ノブ	2
14	ボルトプレート	2



※注意: メインフレームのすべての組立工程が完了するまで、すべてのボルトを締め付けしないでください。そうしないと、ラックが不安定になったり、反ったりする場合があります。

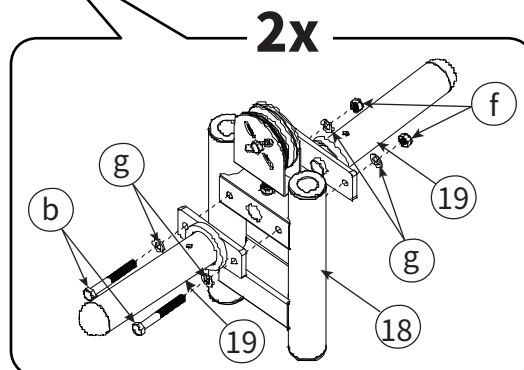
• STEP 3 (二人以上が必要です)

NO.	部品名	数量
b	M10x80六角ボルト	4
f	M10ナット	4
g	M10ワッシャー	8
j	4mm六角レンチ	1
16	ゴムパッド	4
18	プレートキャリッジ-1	2
19	プレートキャリッジ-2	4
21	ガイドロッド	4



※注意：4mm六角レンチを使用して、プレートキャリッジ-2のネジを組み立てまたは分解してください。

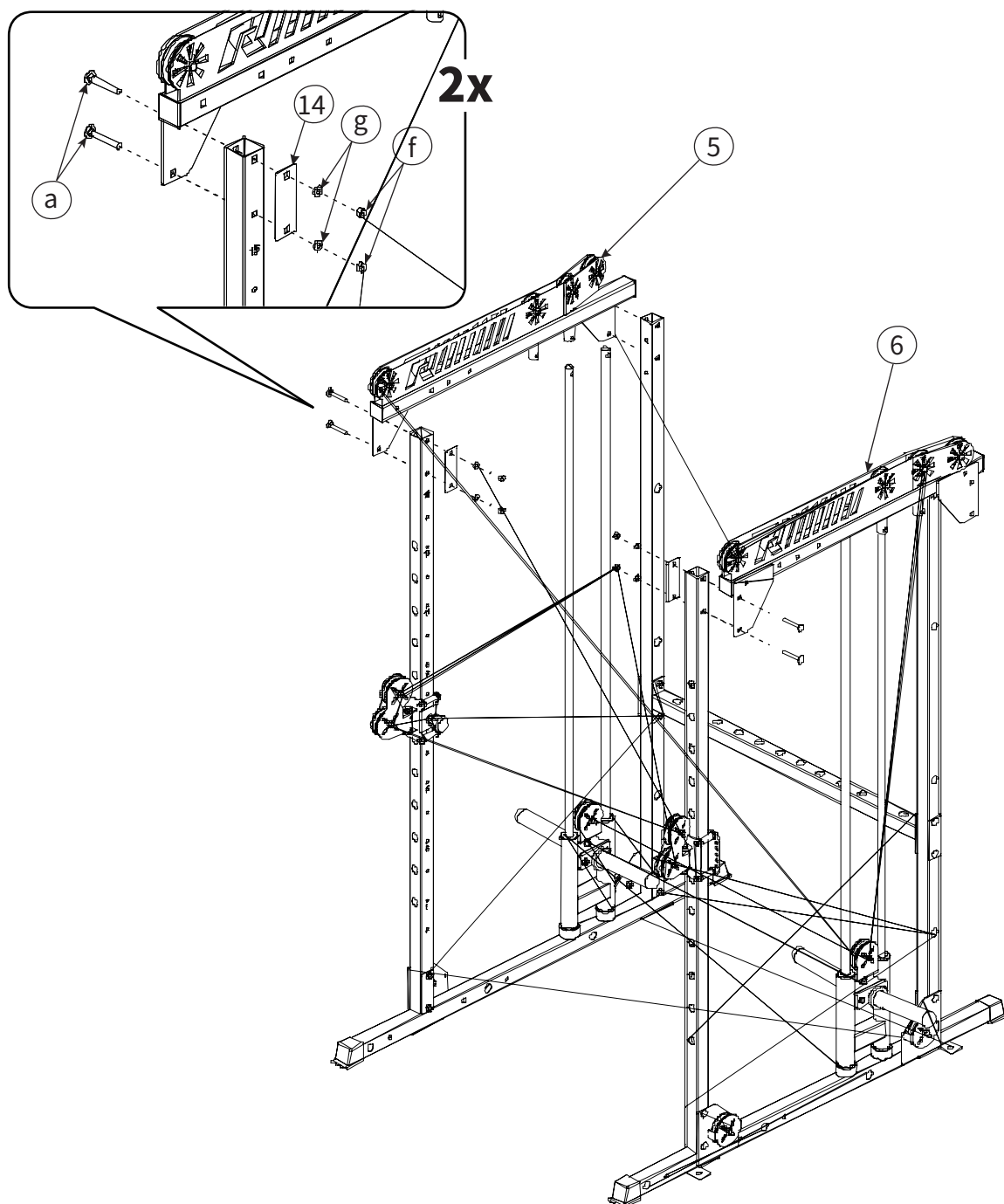
※注記：プレートキャリッジ-2は、ウエイトプレートの脱落を防ぐため少し上向きに設計されていますので、必ず上向きに組み付けてください。



※注意：メインフレームのすべての組立工程が完了するまで、すべてのボルトを締め付けしないでください。そうしないと、ラックが不安定になったり、反ったりする場合があります。

• STEP 4 (二人以上が必要です)

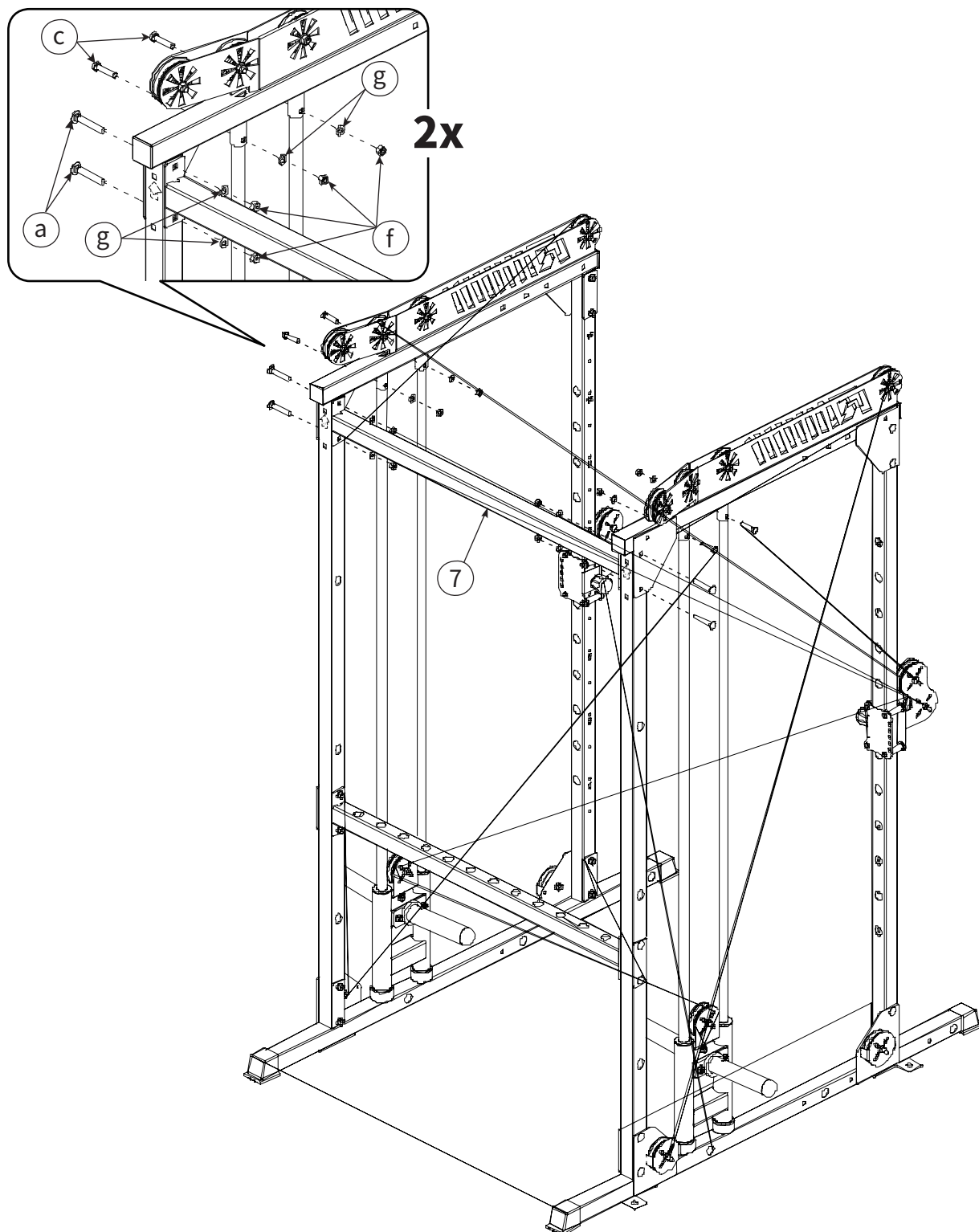
NO.	部品名	数量
a	M10x70スクエアネックボルト	4
f	M10ナット	4
g	M10ワッシャー	4
5	上部クロスフレーム (左側)	1
6	上部クロスフレーム (右側)	1
14	ボルトプレート	2



※注意：メインフレームのすべての組立工程が完了するまで、すべてのボルトを締め付けな
いください。そうしないと、ラックが不安定になったり、反ったりする場合があります。

• STEP 5 (二人以上が必要です)

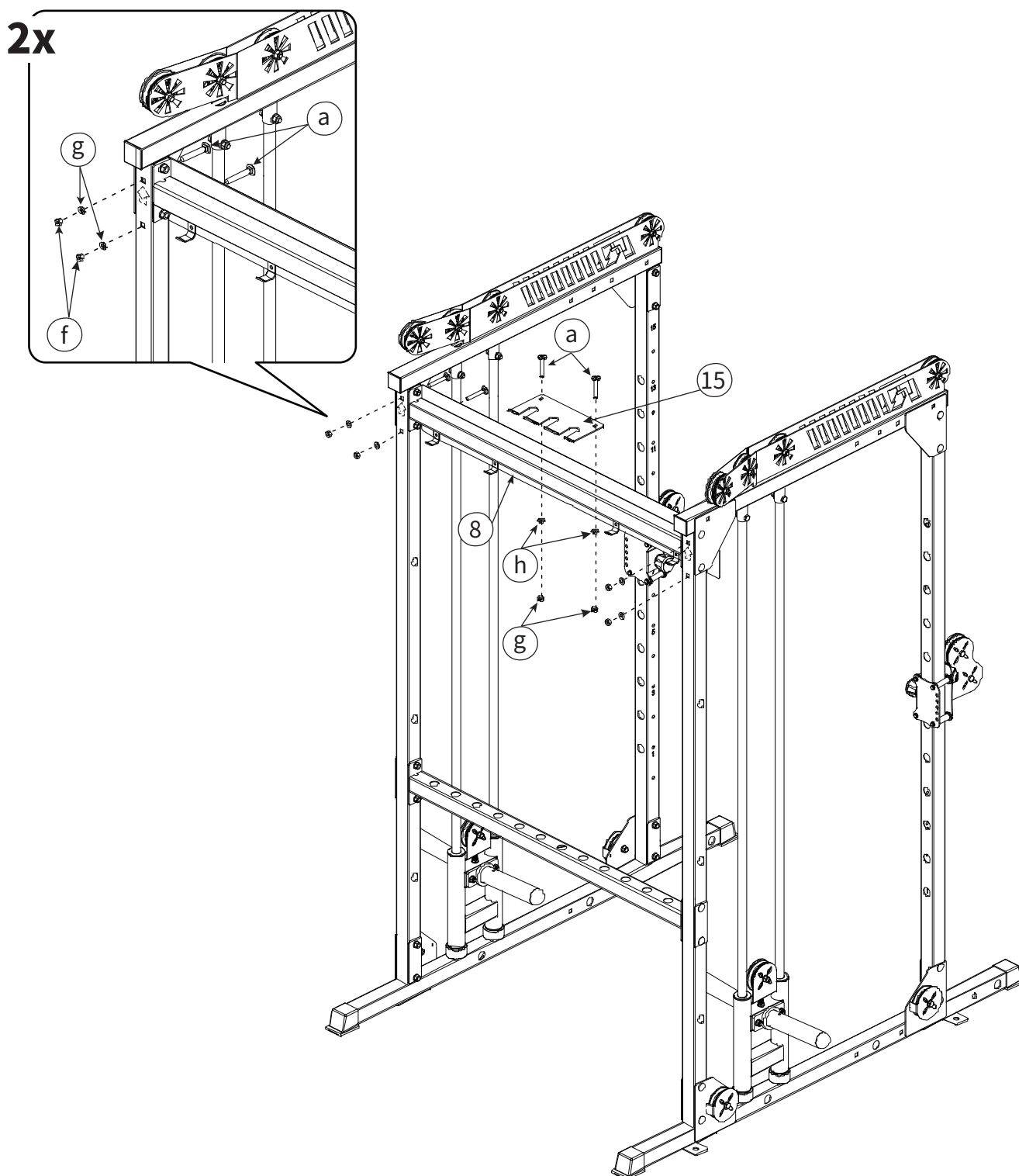
NO.	部品名	数量
a	M10x70スクエアネックボルト	4
c	M10x45六角ボルト	4
f	M10ナット	8
g	M10ワッシャー	8
7	リアクロスビーム	1



※注意：メインフレームのすべての組立工程が完了するまで、すべてのボルトを締め付けしないでください。そうしないと、ラックが不安定になったり、反ったりする場合があります。

• STEP 6 (二人以上が必要です)

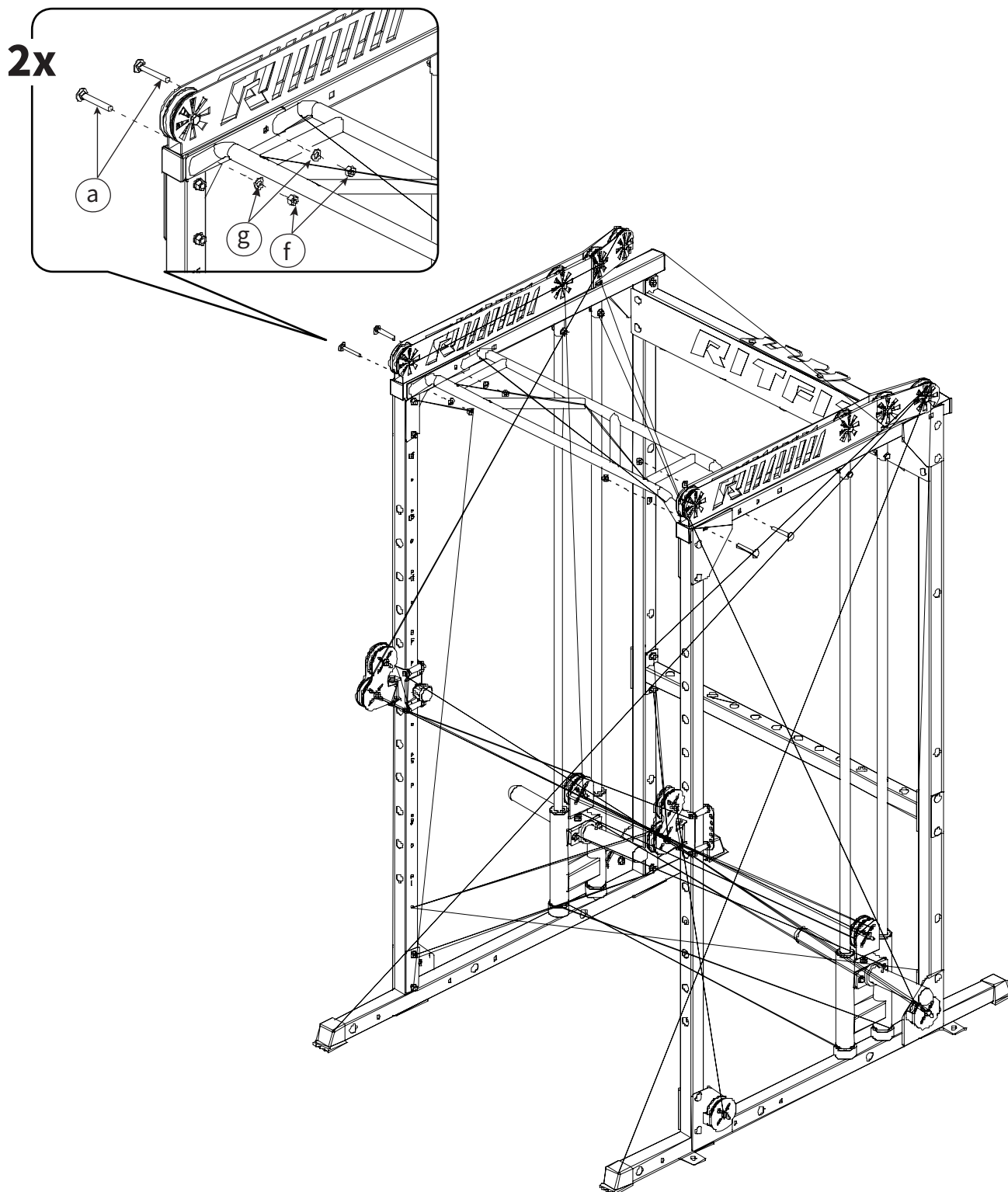
NO.	部品名	数量
a	M10x70スクエアネックボルト	6
f	M10ナット	6
g	M10ワッシャー	6
8	Ritfitネームプレート	1
15	オリンピックバーストレージフレーム	1



※注意：メインフレームのすべての組立工程が完了するまで、すべてのボルトを締め付けしないでください。そうしないと、ラックが不安定になったり、反ったりする場合があります。

• STEP 7 (二人以上が必要です)

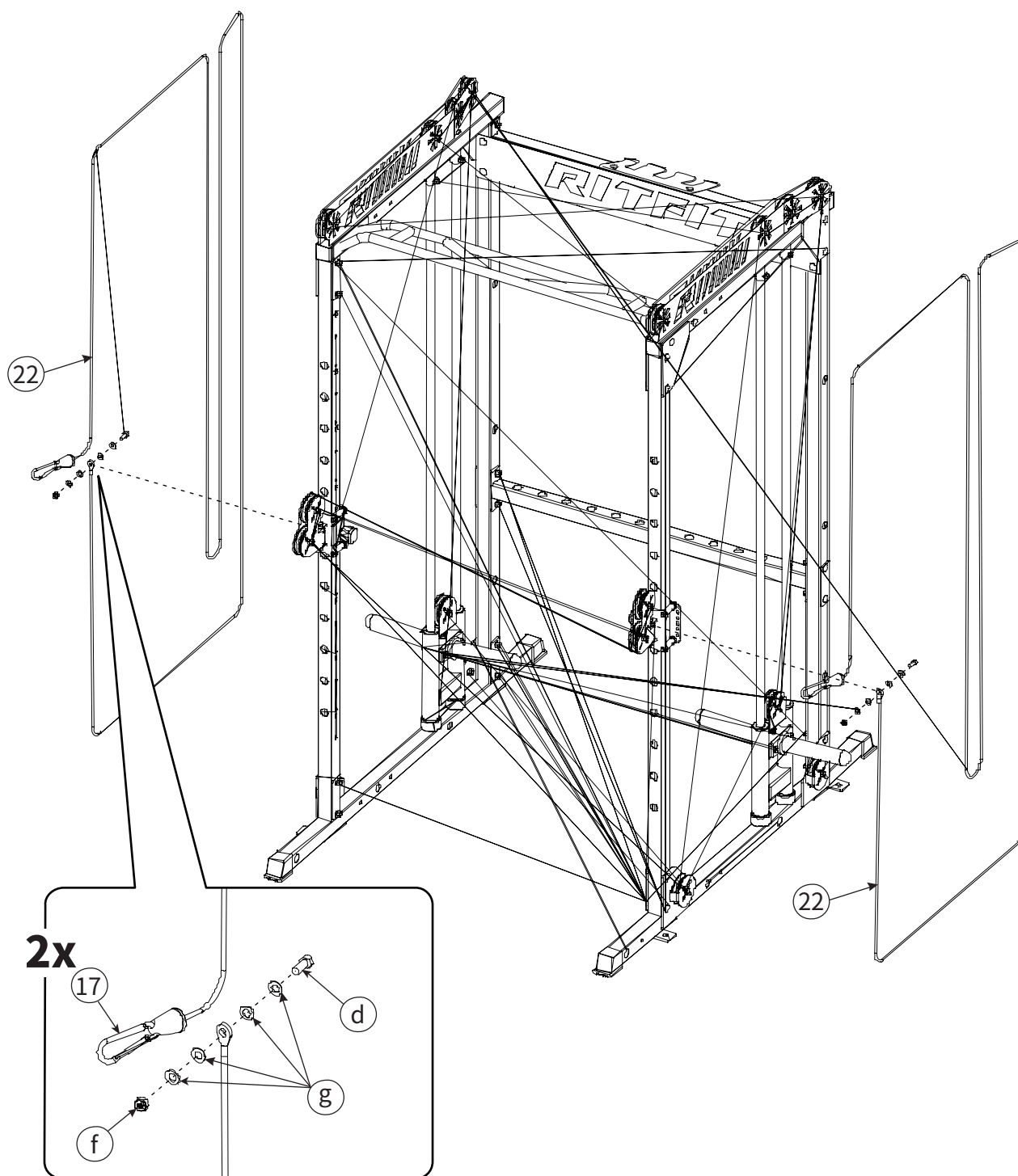
NO.	部品名	数量
a	M10x70スクエアネックボルト	4
f	M10ナット	4
g	M10ワッシャー	4
9	プルアップバー	1



※注意：メインフレームのすべての組立工程が完了するまで、すべてのボルトを締め付けしないでください。そうしないと、ラックが不安定になったり、反ったりする場合があります。

• STEP 8 (二人以上が必要です)

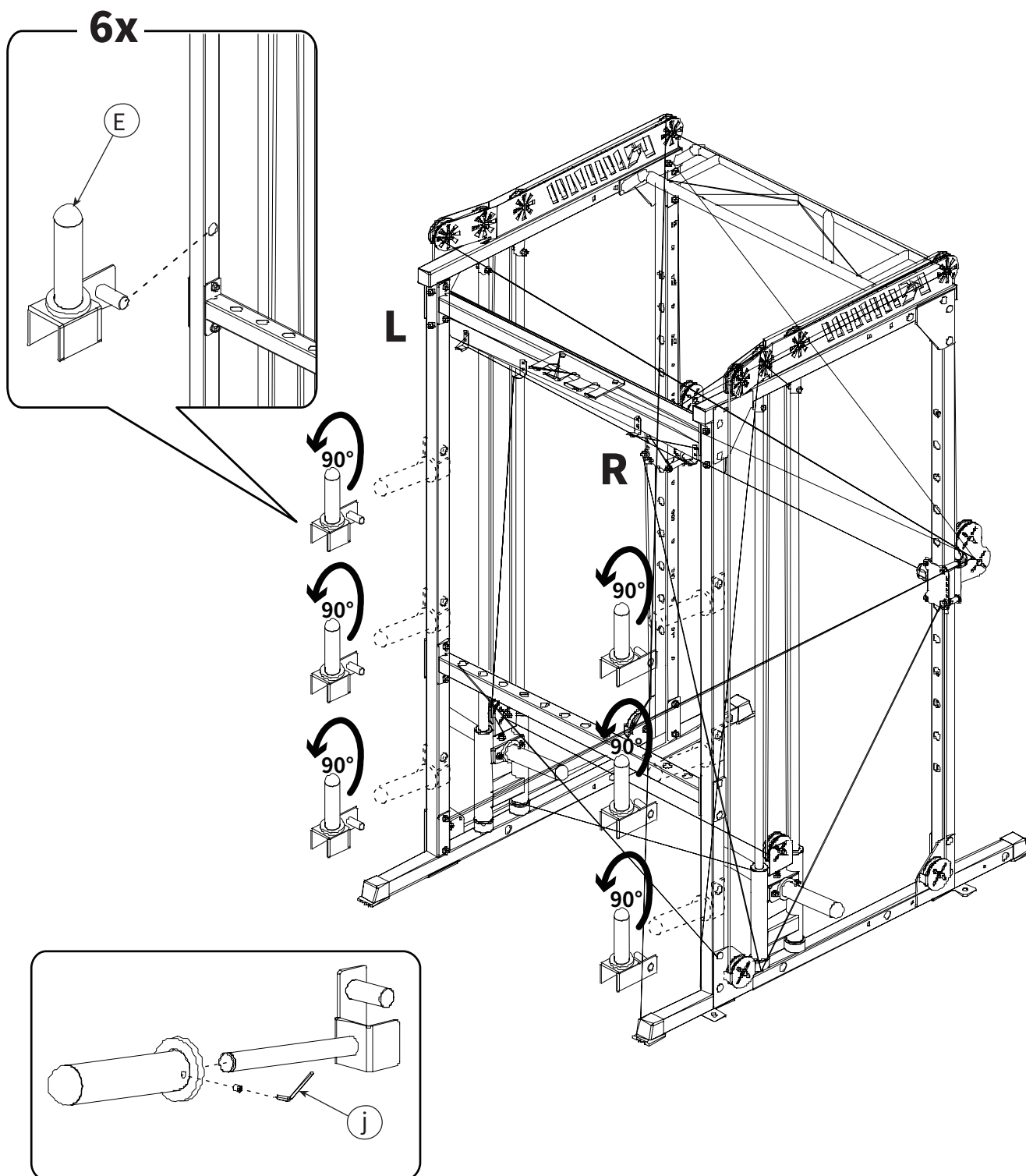
NO.	部品名	数量
d	M10x25六角ボルト	2
f	M10ナット	2
g	M10ワッシャー	8
17	カラビナ	2
22	ケーブル	2



※注意：メインフレームのすべての組立工程が完了するまで、すべてのボルトを締め付けないでください。そうしないと、ラックが不安定になったり、反ったりする場合があります。

• STEP 9 (二人以上が必要です)

NO.	部品名	数量
E	クイックリリースプレートホルダー	6
j	4mm六角レンチ	1

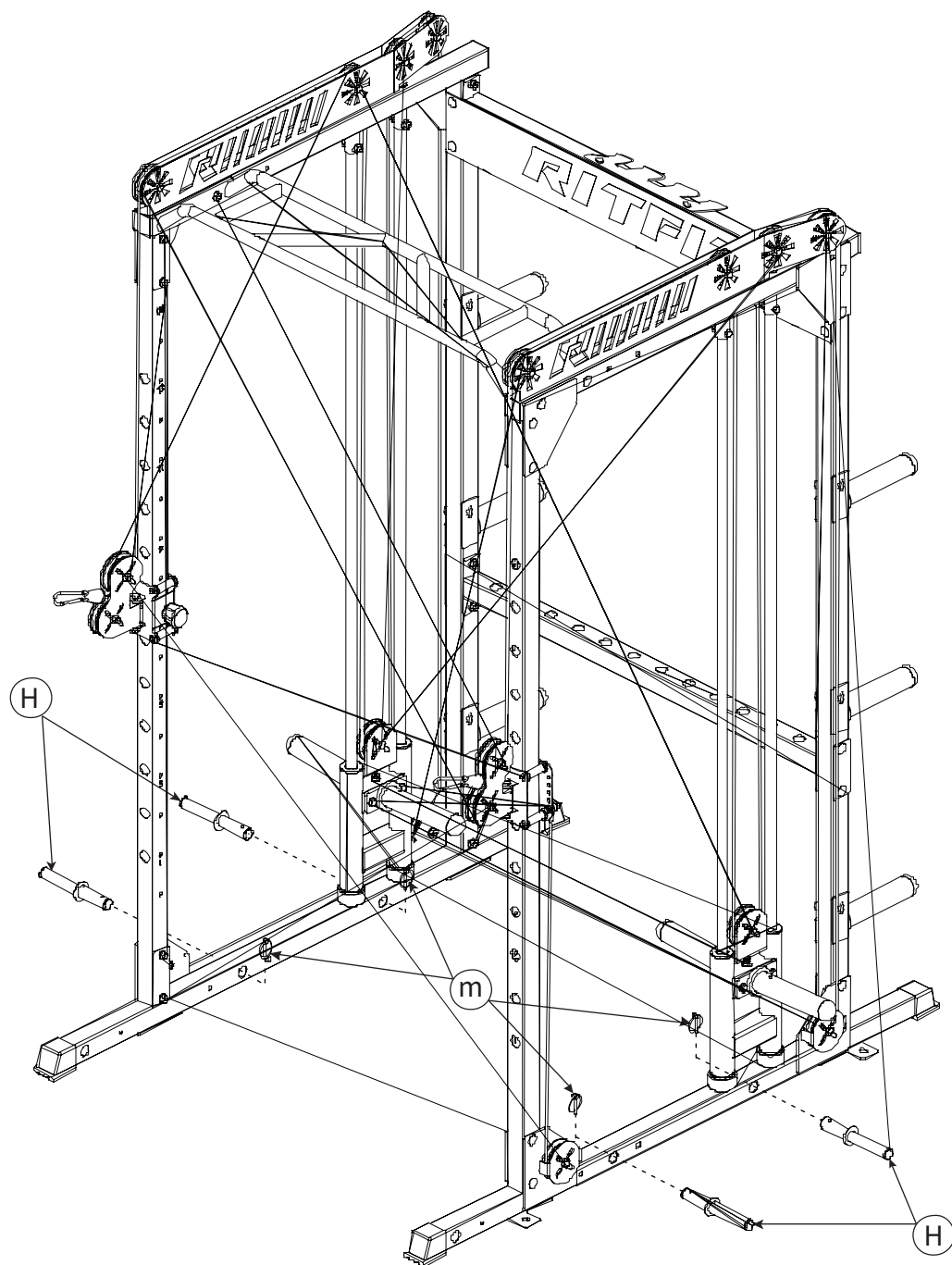


※注:このクイックリリースプレートストレージチューブはマルチサイズ対応で、1インチおよび2インチのウェイトプレートに適合します。

※注意:メインフレームのすべての組立工程が完了するまで、すべてのボルトを締め付けしないでください。そうしないと、ラックが不安定になったり、反ったりする場合があります。

• STEP 10 (二人以上が必要です)

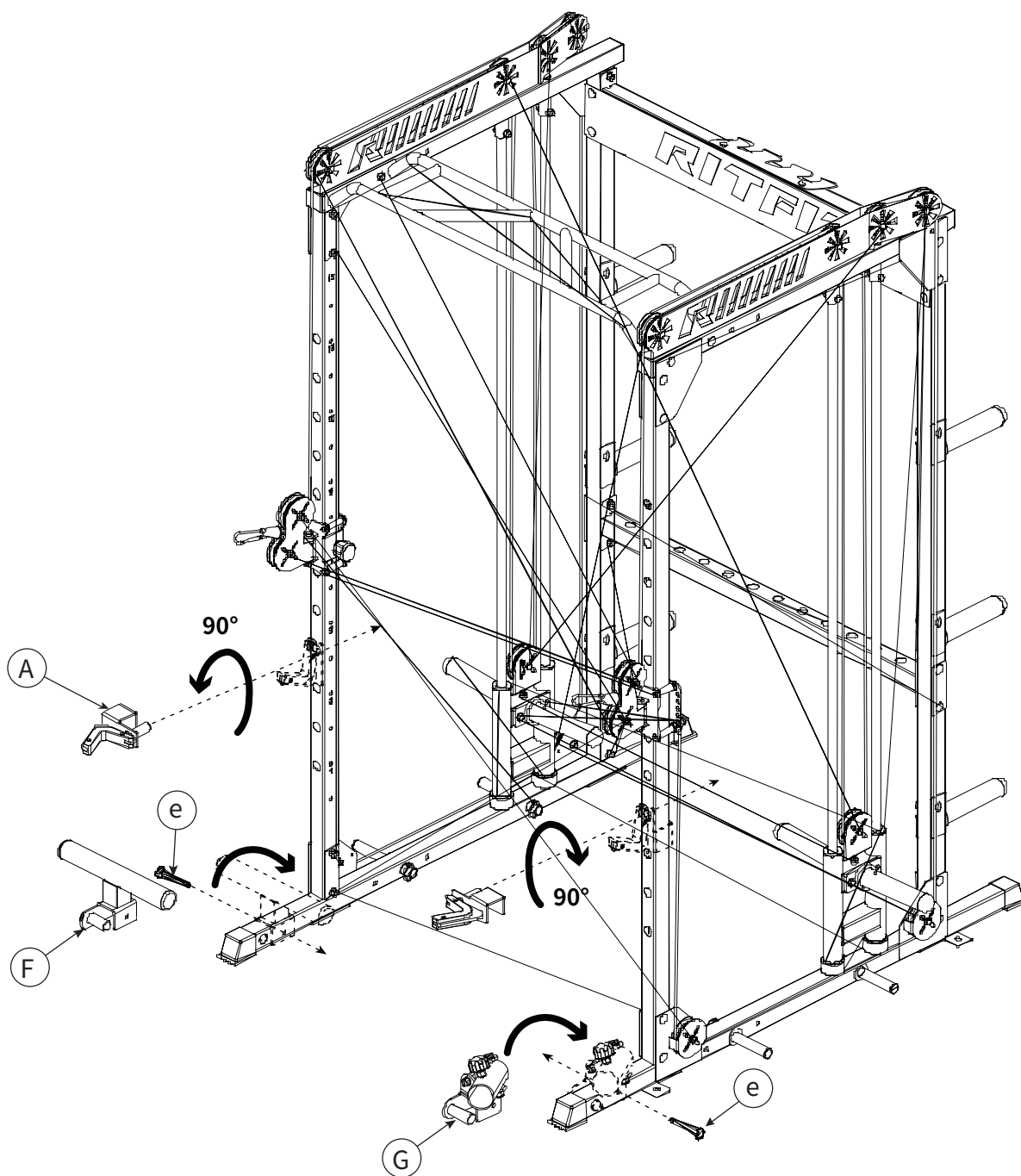
NO.	部品名	数量
H	クイックリリースバンドペグ	4
m	M5x40リングボルト	4



※注意：メインフレームのすべての組立工程が完了するまで、すべてのボルトを締め付けないでください。そうしないと、ラックが不安定になったり、反ったりする場合があります。

• STEP 11 (二人以上が必要です)

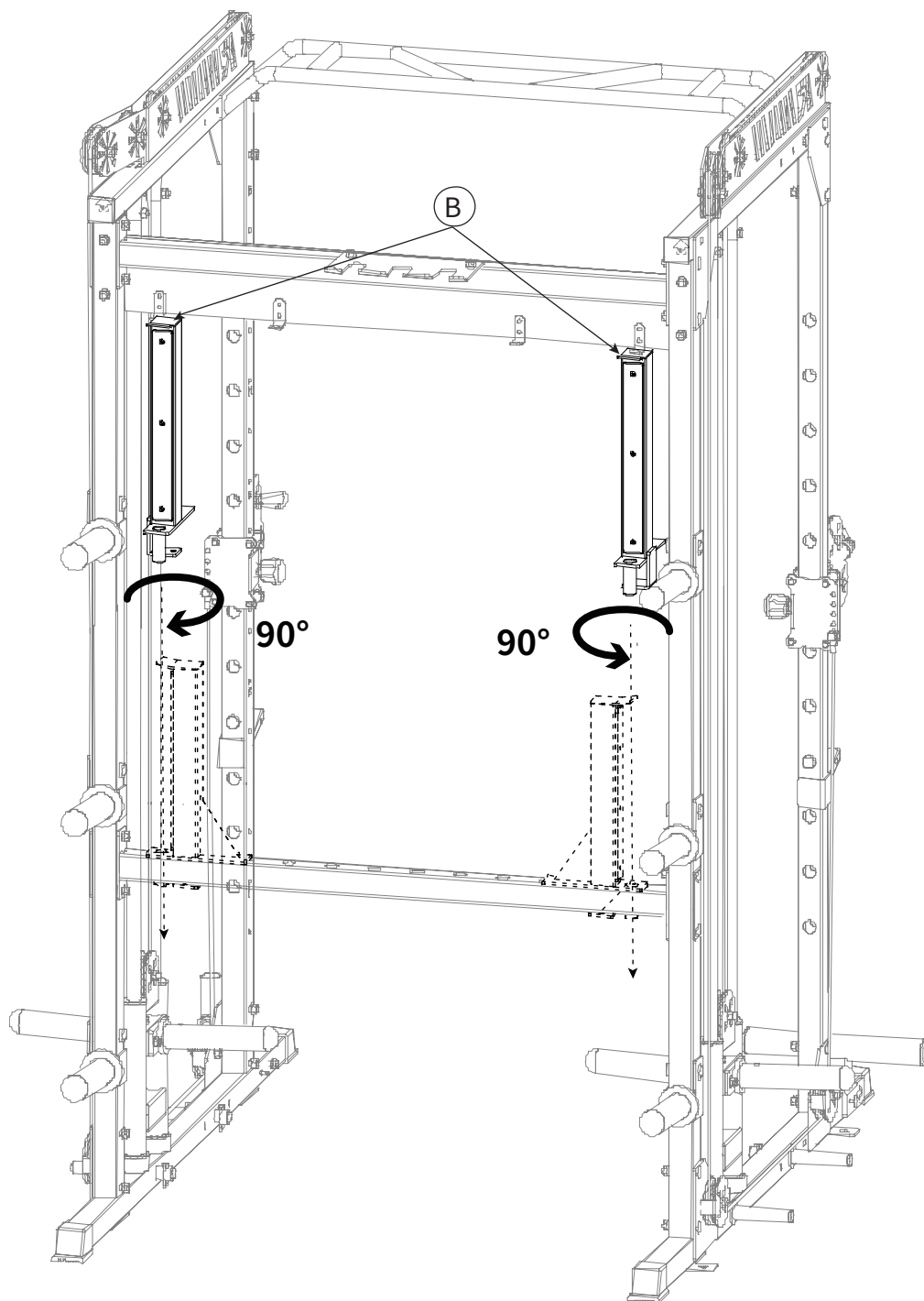
NO.	部品名	数量
A	Jフックセット	1
F	ローロウ足用チューブ	1
G	クイックリリース ランドメイン	1
e	M10x90 ダウンピン	2



※注意：メインフレームのすべての組立工程が完了するまで、すべてのボルトを締め付けしないでください。そうしないと、ラックが不安定になったり、反ったりする場合があります。

• STEP 12 (二人以上が必要です)

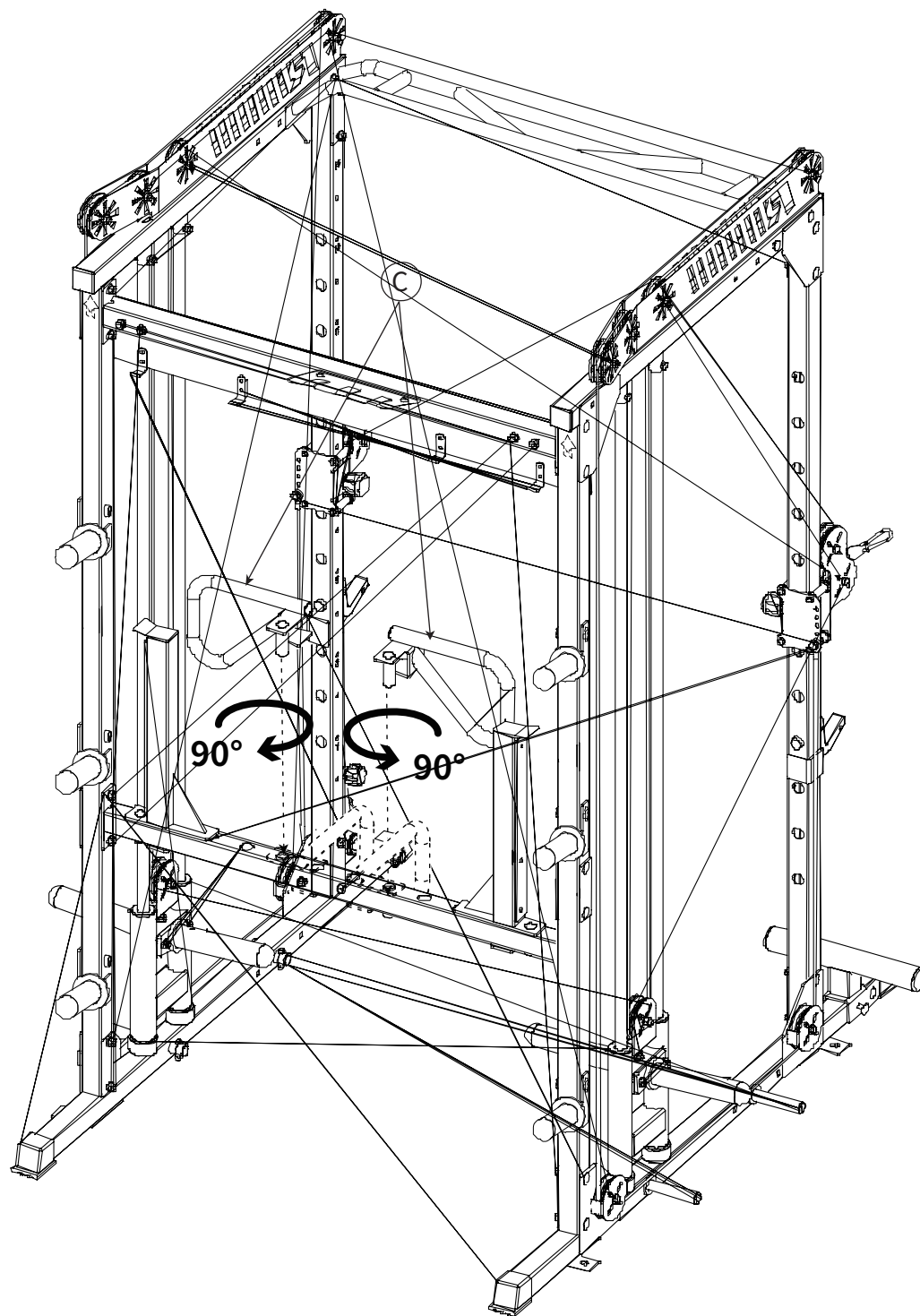
NO.	部品名	数量
B	セフティーアームセット	1



※注意：メインフレームのすべての組立工程が完了するまで、すべてのボルトを締め付けないでください。そうしないと、ラックが不安定になったり、反ったりする場合があります。

• STEP 13 (二人以上が必要です)

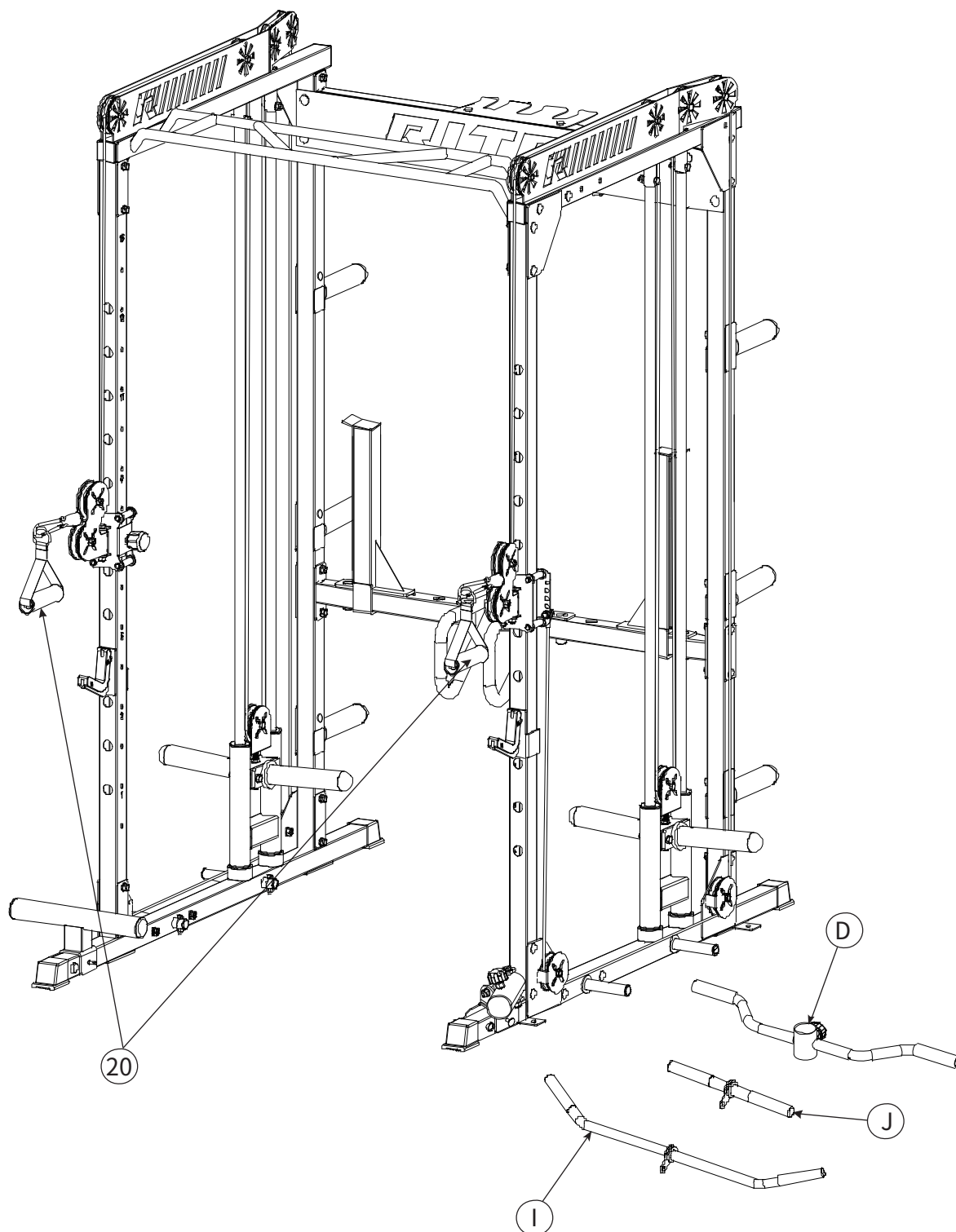
NO.	部品名	数量
C	ディップハンドルセット	1



※注意：メインフレームのすべての組立工程が完了するまで、すべてのボルトを締め付けないでください。そうしないと、ラックが不安定になったり、反ったりする場合があります。

• STEP 14 (二人以上が必要です)

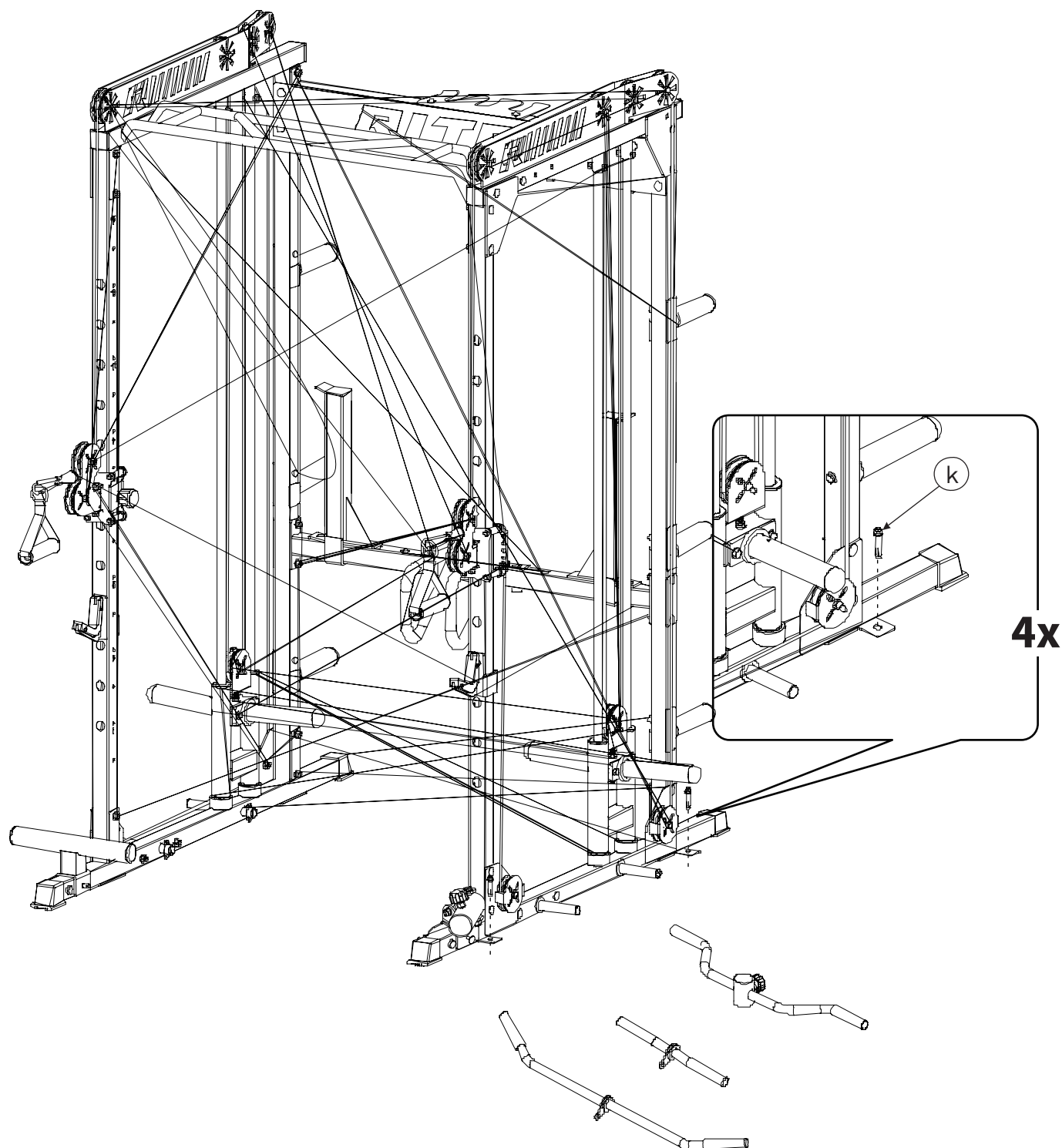
NO.	部品名	数量
D	ランドメインバー	1
I	ラットバー	1
J	ローロウバー	1
20	プーリーハンドル	2



※注意：メインフレームのすべての組立工程が完了するまで、すべてのボルトを締め付けしないでください。そうしないと、ラックが不安定になったり、反ったりする場合があります。

• STEP 15 (二人以上が必要です)

NO.	部品名	数量
k	M10 エクспанションボルト	4



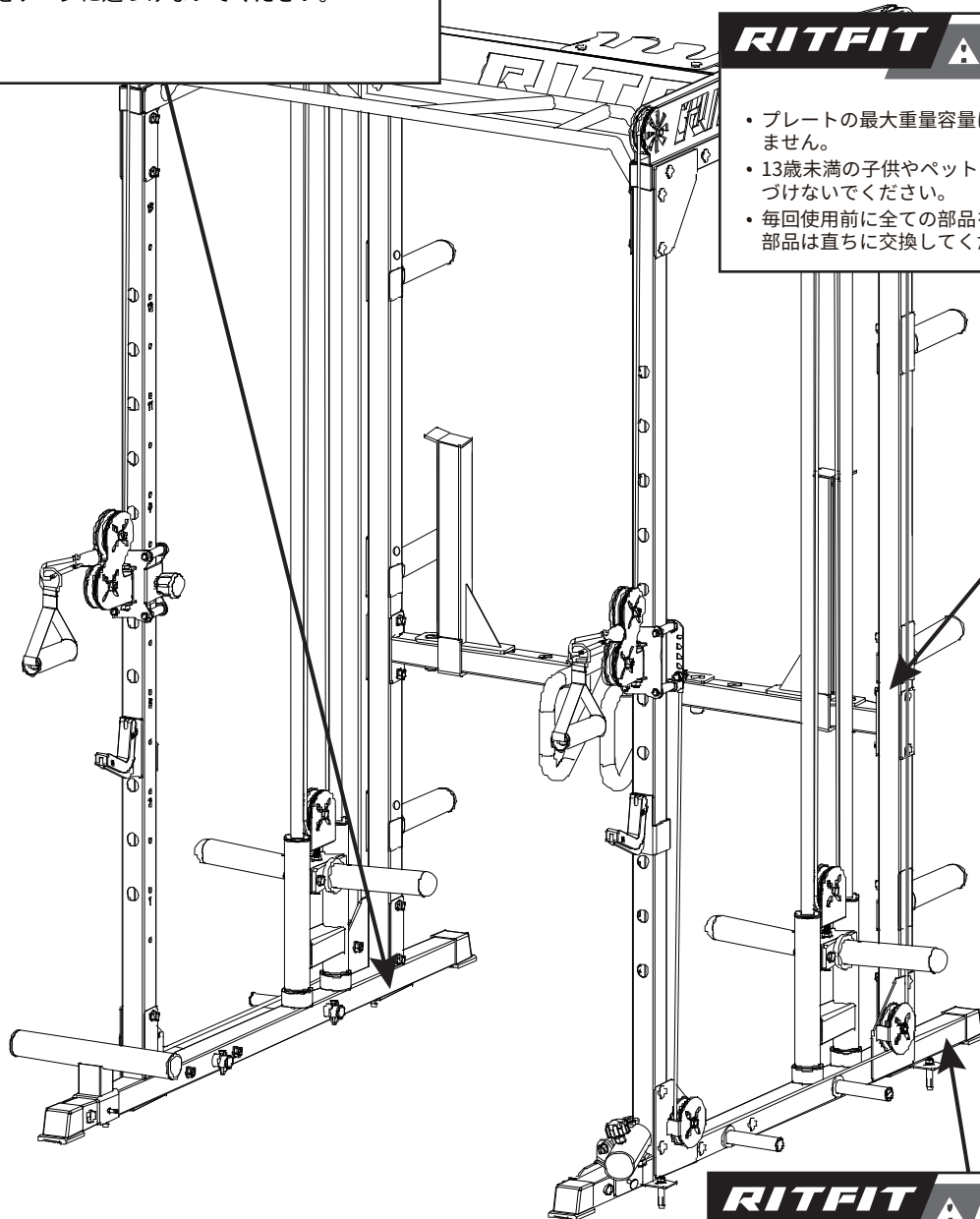
※注意：メインフレームのすべての組立工程が完了するまで、すべてのボルトを締め付けないでください。そうしないと、ラックが不安定になったり、反ったりする場合があります。

RITFIT WARNING

ケージの鋭い角や継ぎ目から、手・腕・足を離してください。
子供をケージに近づけないでください。

RITFIT WARNING

- プレートの最大重量容量は125kgを超えてはいけません。
- 13歳未満の子供やペットをこのパワーケージに近づけないでください。
- 毎回使用前に全ての部品を点検・締め付け、摩耗部品は直ちに交換してください。



RITFIT WARNING

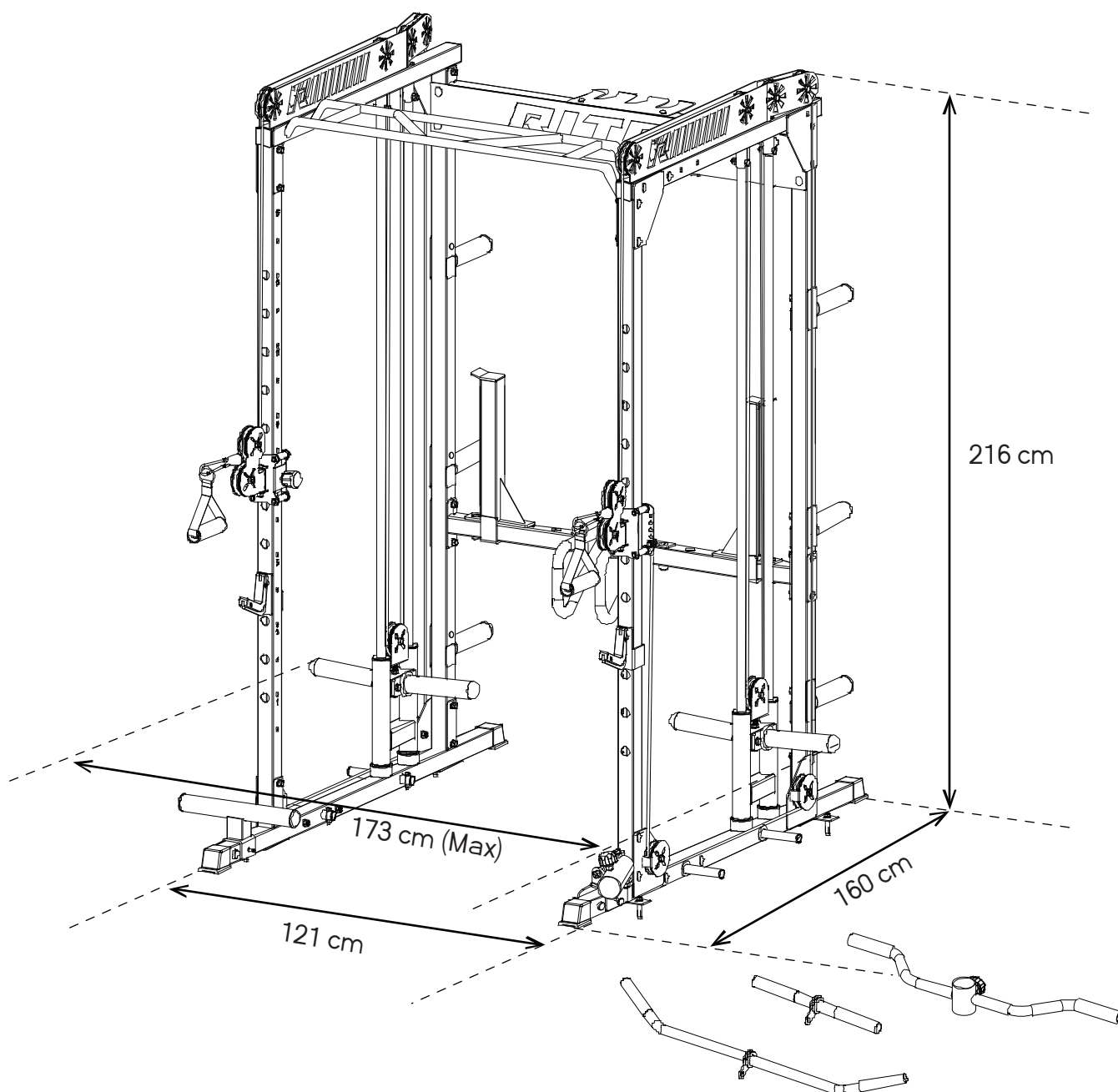
- 本機器の誤使用は重大な傷害を引き起こす可能性があります。
- 使用前に取扱説明書を必ずお読みいただき、すべての警告および指示に従ってください。
- 13歳未満の子供を機器の上または周囲に近づけないでください。
- 使用者の体重は約180kgを超えないでください。
- 一般家庭用であり、商業施設での使用は禁止されています。
- ご質問がある場合は、カスタマーサービス (support@ritfitsports.com) までメールでお問い合わせください。

※この度はRitFitケーブルクロスオーバー機能付きスミスマシンをお選びいただき、誠にありがとうございます。

組み立てを開始する前に、ユーザー安全性および製品安全性に関する3つの重要警告をご確認ください。これらの警告ラベルを必ずお読みいただく必要があります。警告に従わない場合、重大な傷害が発生する可能性がありますので、十分にご注意ください。

おめでとうございます!

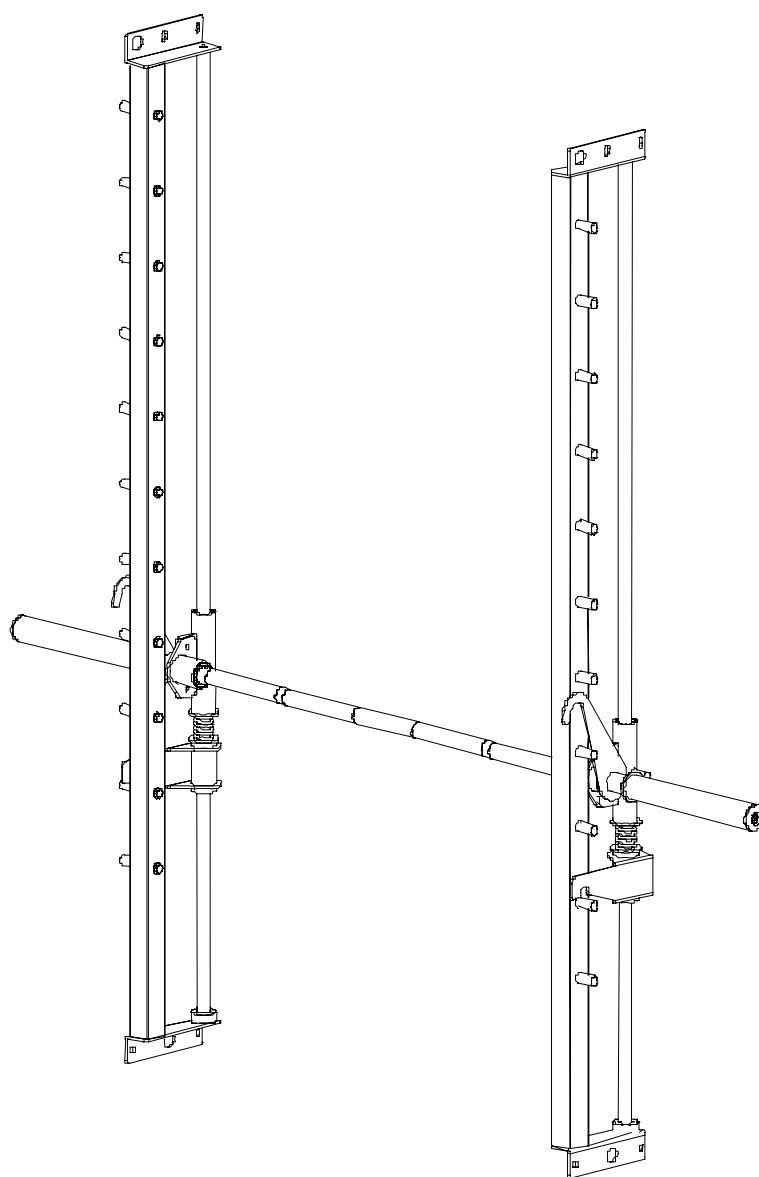
よくできました! ケーブルクロスオーバー機能付きスミスマシンの組み立てが完了しました!
これで本格的な筋力トレーニングを開始できます!



※取り付け後に余分な連結部品が残っても問題ありません。それらは今後の交換用パーツとして保管してお使いいただけます。

スミスタッチメント

M1 PRO



重要:この製品を使用する前に、すべての注意事項を注意深く読んでください。将来の参照のために、取扱説明書を保管してください。

- 製品に不具合もしくは部品不足があった場合、他社の代替部品を使用したり、欠陥の部品を使用しないでください、必ず弊社RITFIT JAPANにご連絡ください。
- 製品には季節的に追加機能が実装される場合がありますが、生産時に取扱説明書の線画図に掲載されていない場合があります。これらの機能追加は、マシン本体の性能や組み立てには影響しません。組み立て中に更なる説明が必要な場合はお気軽にお問い合わせください。
- この製品は、軽商業用または家庭用に設計されています。軽商業用とは、複数の利用者がいる場所であるが、会員制ではない場所のことです。例えば、ホテル、消防署、高校などが挙げられます。商業用は、設備の使用のために会員を受け入れる場所を含みますが、これには限りません。
- この製品の安全性を保証するため設計および製造されています。ただし、製品を組み立て・使用する際には、必ず以下の安全手順を読んで、細心の注意を払ってください：

1. 子供やペットをこの機材に近づけないでください。
2. 本マシン全体構造の完全性、安定性を保証するため、使用前に必ず本マシンを検査してください。一部の部品は、摩耗や損傷により、定期的なメンテナンスが必要になる場合があります。
3. 使用状況に応じて可動部分に潤滑油を塗布してください(月に1回程度が目安)。
4. 安全のため以外、一度の使用は一人にしてください。(例: 一部のウェイトベンチでのスポッタースタンドなど)。
5. 使用中にめまい、吐き気、胸の痛みなどの異常を感じた場合は、直ちにトレーニングを中止してください。直ちに医師に相談してください。
6. この装置は、常に水平な面で使用してください。屋外や水の近くで使用しないでください。
7. 使用中は、意図的に身体を近づけるべきでない可動部分から手足を離してください。
8. 使用中に身体の一部を近くに置くことを意図していない可動部分からは、手足を遠ざけてください。
9. このマシンを使用する前に、必ずストレッチ運動でウォームアップを行ってください。
10. このレッグプレスマシンは、マニュアルに記載されている意図された用途にのみ使用してください。
11. 運動するときは、常に適切な運動服と靴を着用してください。装置に巻き込まれる可能性のあるロープやその他の衣類を着用しないでください。
12. 運動プログラムを開始する前に、医師に相談してください。
13. ご不明な点がございましたら、カスタマーサービス support@ritfit.jp までメールでお問い合わせください。

製品お手入れとメンテナンス

- 設備使用前には全ての部品を点検し、締め付けを確認してください。
- 設備の清掃には湿った布と研磨剤を含まない中性洗剤を使用できます。溶剤の使用は絶対に避けてください。
- 設備の損傷や摩耗の有無を定期的に点検してください。
- 不良部品は直ちに交換するか、修理が完了するまで使用を中止してください。
- 定期点検を怠ると、設備の安全性が損なわれる可能性があります。

パワーケージに関する保証

A. RitFit Japanの基本保証の範囲は何ですか？

下記項目に参照してください。

B. 対象となるのは誰ですか？

購入者は基本保証の対象となります。

C. 対象範囲は？

基本保証では、多機能パワーケージの材料、製造工程、または工場での準備に欠陥があり、製造工場から出荷されたときにそのアイテムを修理するために必要なすべての部品と人件費の費用がカバーされます。これらの保証修理または調整は、新しい部品または再生部品を使用して、RitFit によって無料で行われます。

D. 保証はいつから？

基本保証は注文日から開始されます。

E. 保証はいつ終わるの？

基本保証は、保証開始日から12 か月間有効です。

F. 保証対象範囲外の内容は？

標準的な基本保証は素材または製造上の不具合に適用されますが、スミスアタッチメントM1 PROのマット仕上げの外観には適用されません（マット仕上げの維持は所有者の責任です）。

基本保証は、大気中の異物、昆虫、化学物質、塩分、海洋スプレーなどの環境要因による損傷、並びに雹、嵐、竜巻、砂嵐、落雷、洪水、地震による損傷も対象外です。また、スミスアタッチメント M1 PRO に影響を与える何らかの要因による状況も保証対象外です。

G. お問い合わせ方法は？

お問い合わせは、ご購入したサイトのお問い合わせ及びsupport@ritfit.jpにメールでお問い合わせください。組み立て前に部品が紛失、摩耗、損傷、破損した場合、または部品を交換する必要がある場合は、support@ritfit.jp までご連絡ください。

RitFit® スミスマッチメンM1 PROをご選択いただき、誠にありがとうございます。

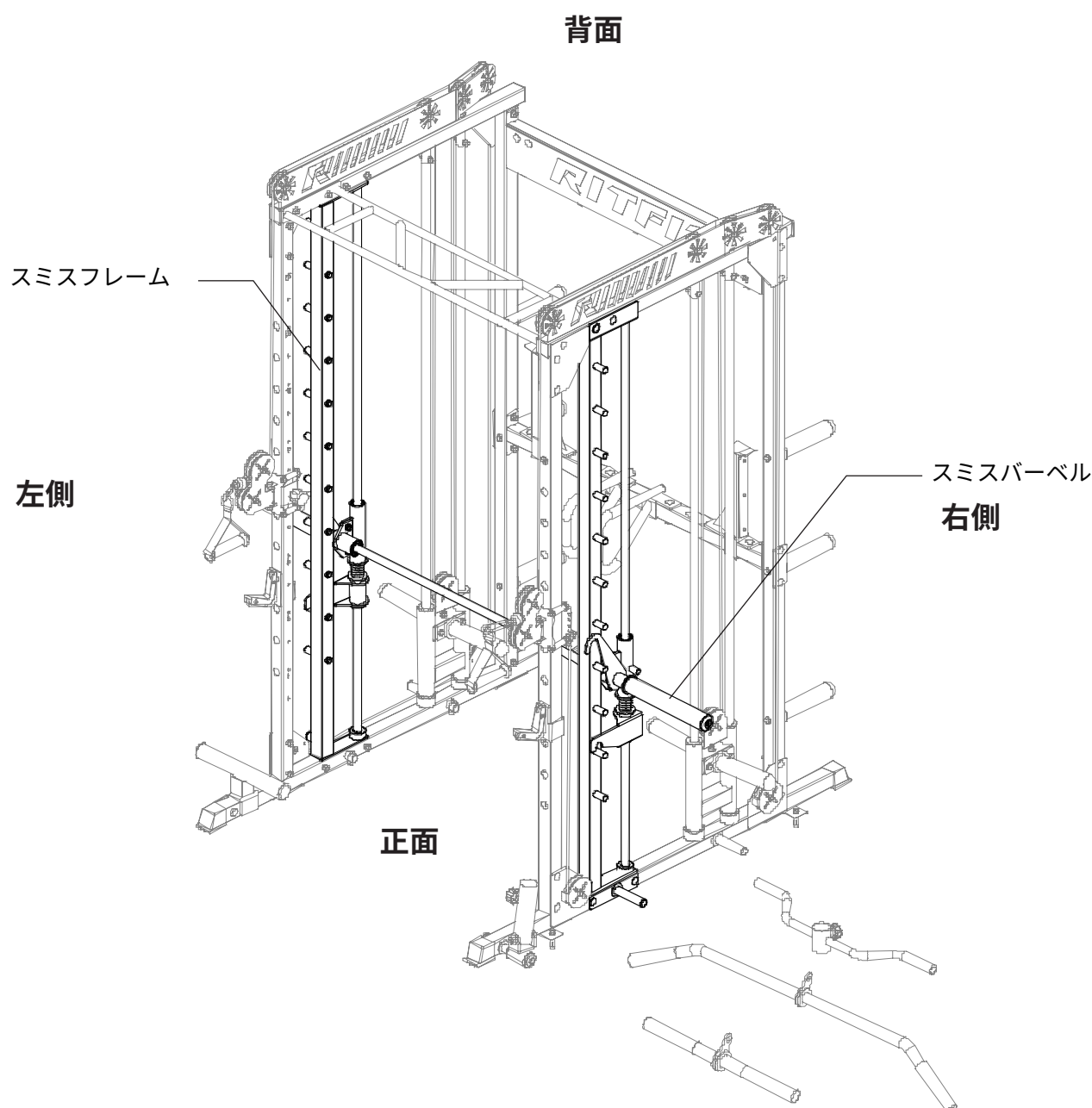
RitFit® スミスマッチメントM1 PROは、RitFit®ケーブルクロスオーバー付きスミスマシンに取り付けて使用することで、トレーニング効率を最適化するように設計・製造されています。

お客様の安全と利便性を図るため、ケーブルクロスオーバー付きスミスマシンと併用する前に、この取扱説明書を必ずよくお読みください。

不明点がございました場合は、RitFitカスタマーサービス部まで、**support@ritfit.jp**宛にお問い合わせください。

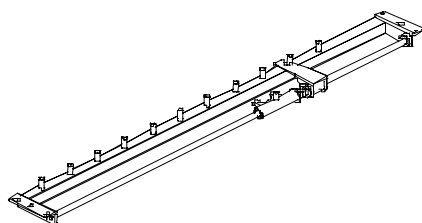
迅速かつ正確な対応を行うため、製品のモデル番号 (M1 PRO) をご確認の上、お知らせください。

以下の内容に進む前に、下記の図面を確認し、部品を熟知してください。

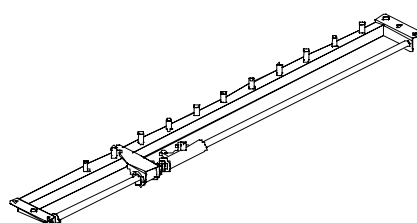


• 部品と工具 (スミスアタッチメント)

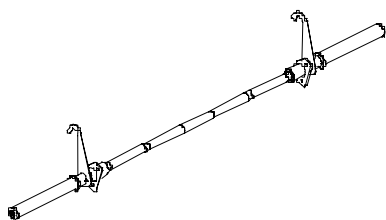
NO.	部品名	数量
1	左側スミスフレーム	1
2	右側スミスフレーム	1
3	スミスバーベル	1
4	M10×70スクエアボルト	8
5	M10×3六角ボルト	4
6	M10ナット	12
7	M10 ワッシャー	16
j	4mm六角レンチ	1



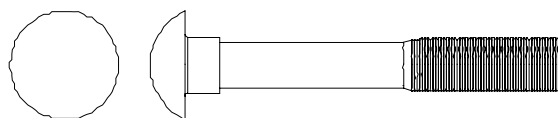
① 左側スミスフレーム
1x



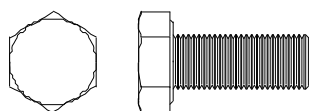
② 右側スミスフレーム
1x



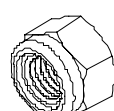
③ スミスバーベル
1x



④ M10×70スクエアボルト
8x



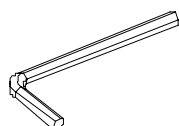
⑤ M10×3六角ボルト
4x



⑥ M10ナット
12x



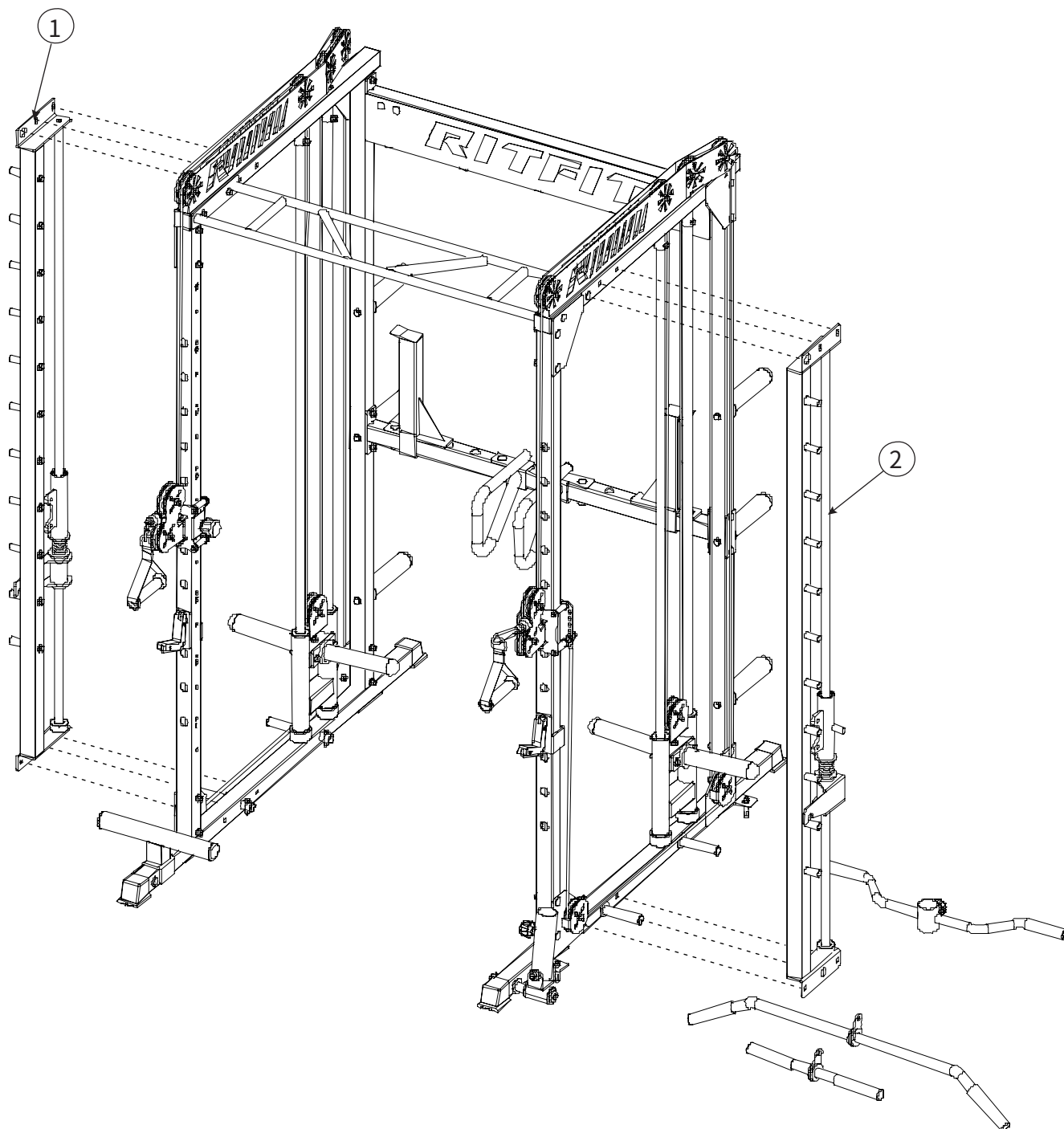
⑦ M10 ワッシャー
16x



j 4mm六角レンチ
1x

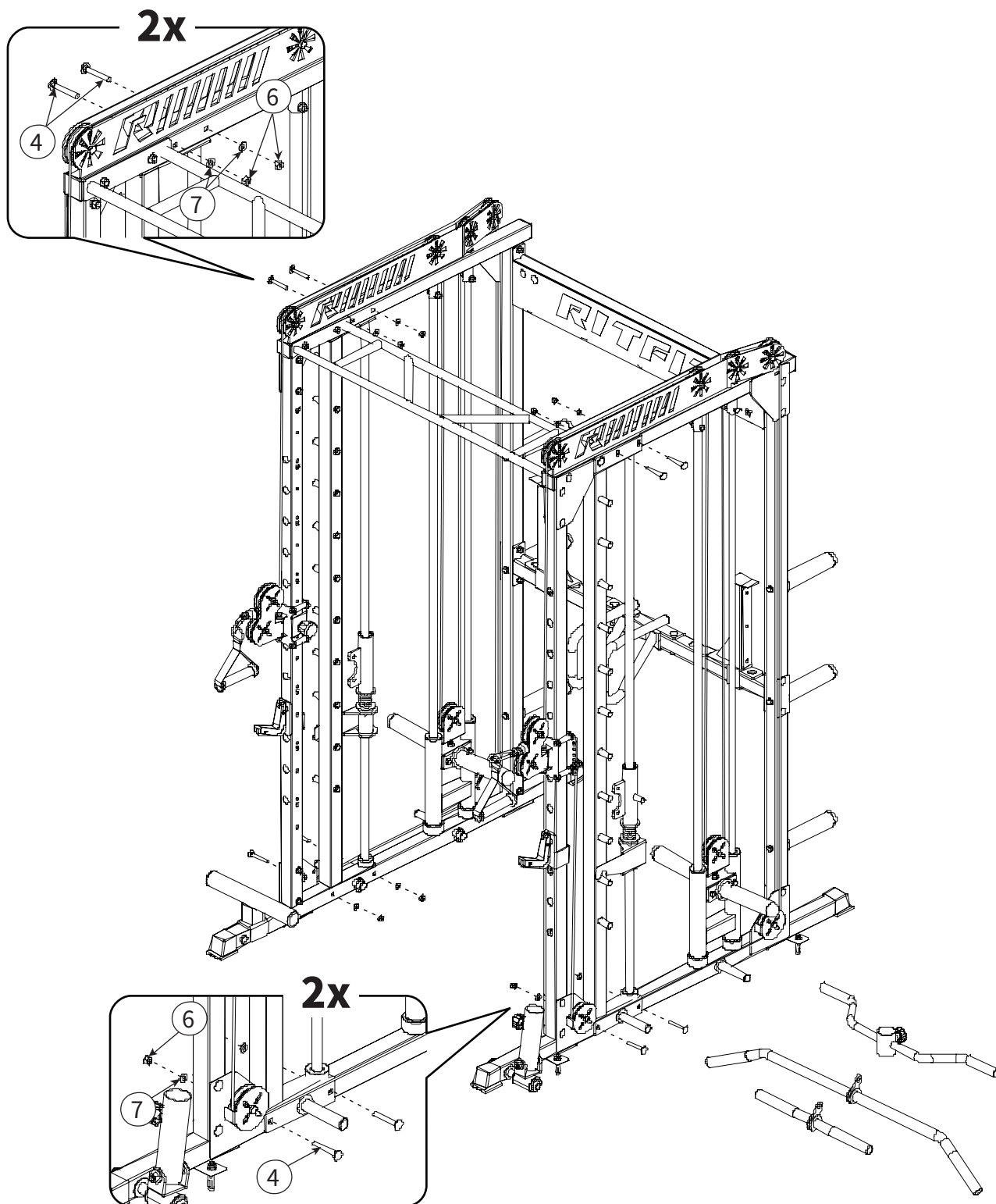
•STEP 1 (二人以上が必要です)

NO.	部品名	数量
1	左側スミスフレーム	1
2	右側スミスフレーム	1



• STEP 2 (二人以上が必要です)

NO.	部品名	数量
4	M10×70スクエアボルト	8
6	M10ナット	8
7	M10ワッシャー	8



•STEP 3 (二人以上が必要です)

NO.	部品名	数量
3	スミスバーベル	1
5	M10×30六角ボルト	4
6	M10ナット	4
7	M10ワッシャー	8
j	4mm六角レンチ	1

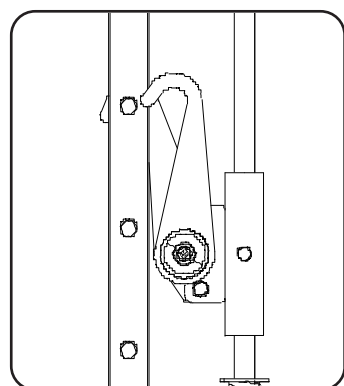
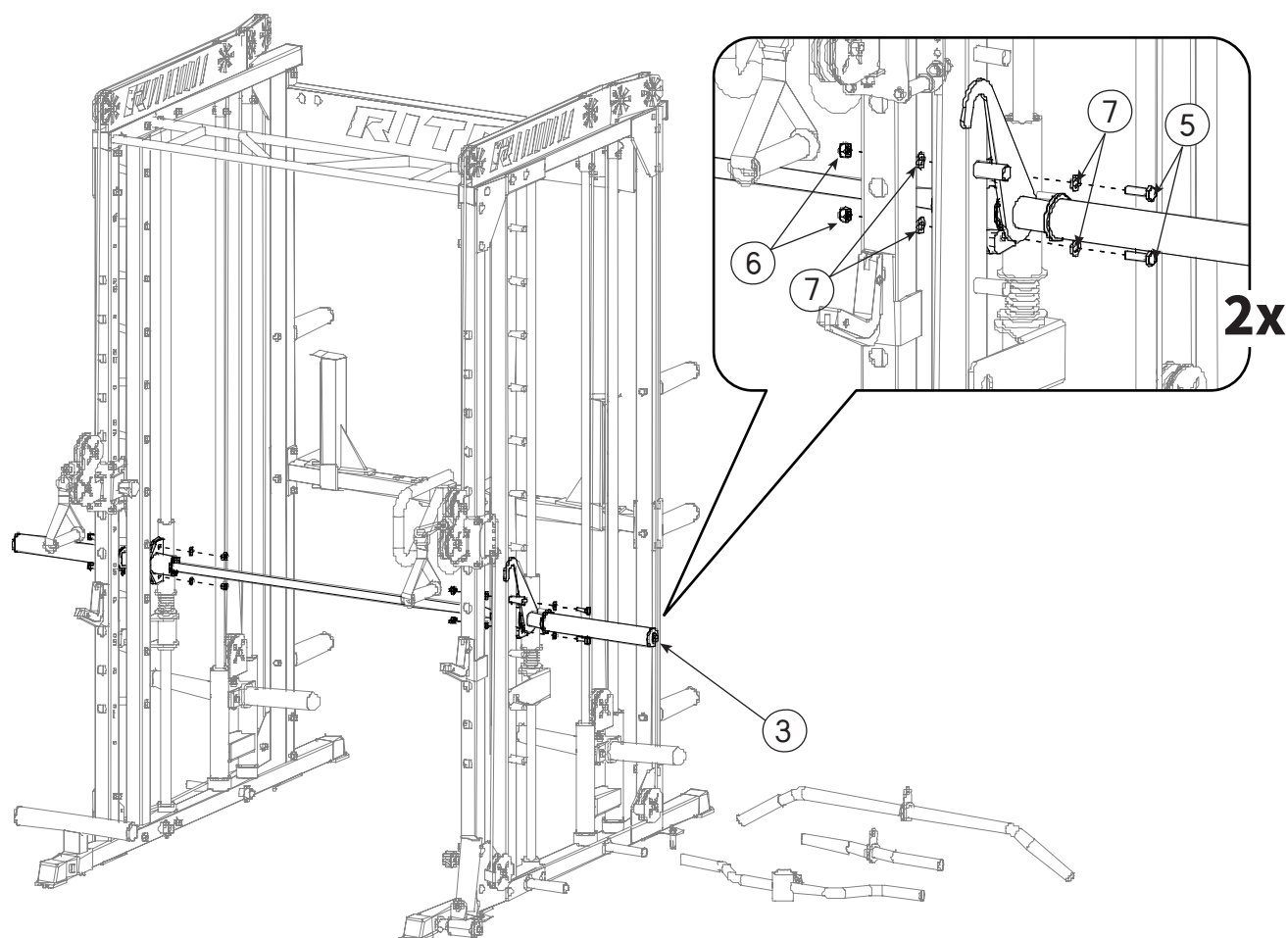


図1(調整前)

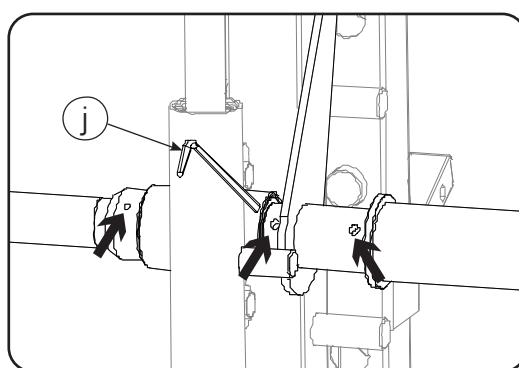


図2(調整)

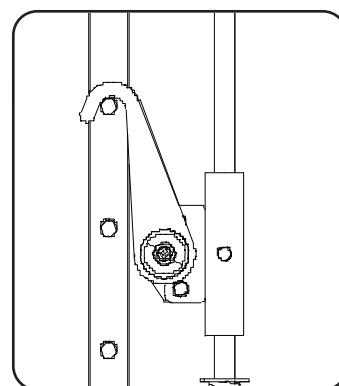
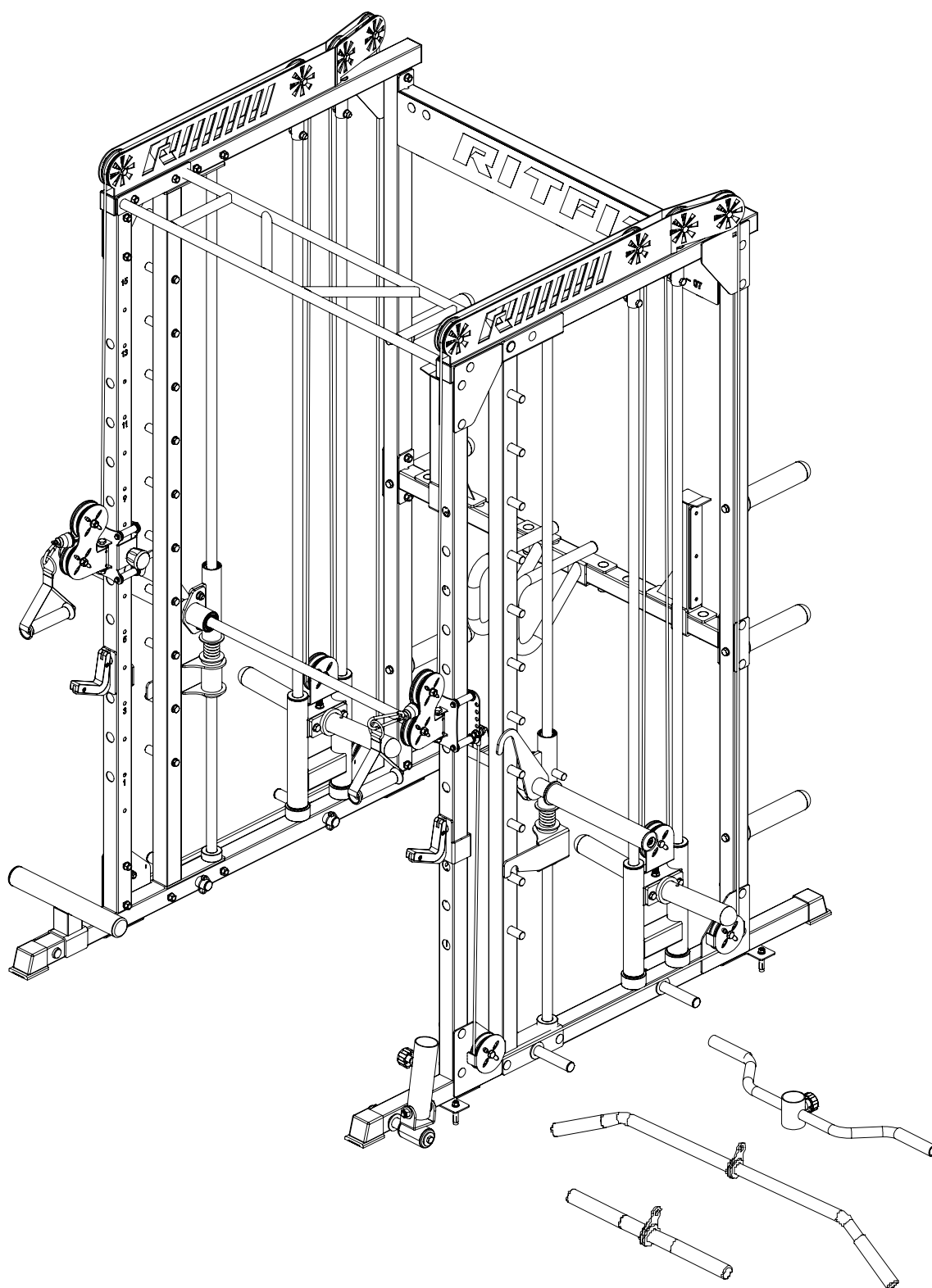


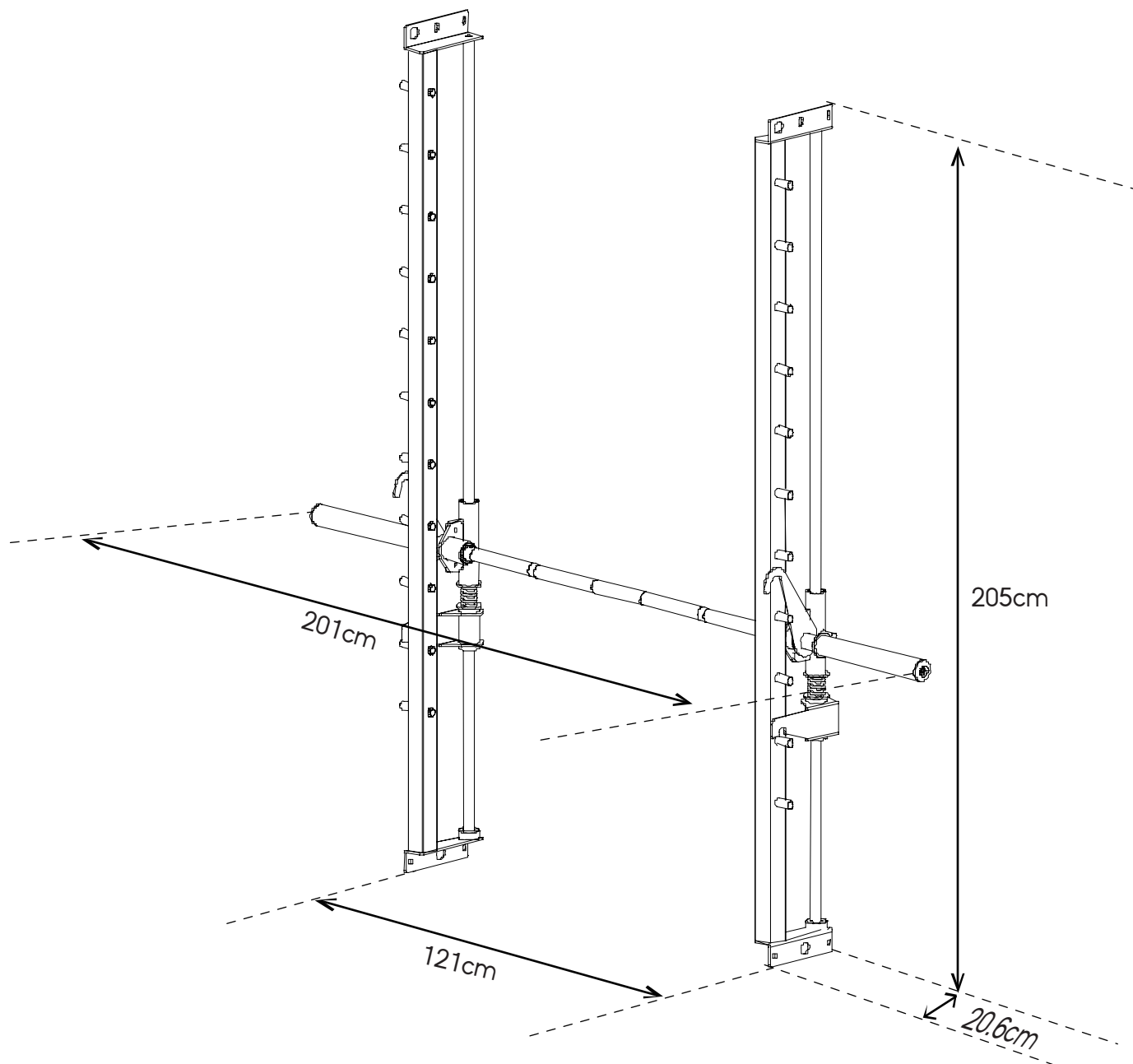
図3(調整後)

※スミスマシンのフックを支柱に取り付けるのが難しい場合(図1)、4mm 六角レンチでスミスバーベルのネジを組み付け/分解し(図2)、右図(図3)のようにフックを調整してください。

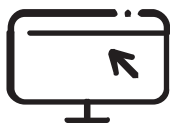


おめでとうございます!

スミスタッチメントの組立が完了しました!
これで正式に筋力トレーニングを始めることができます。



RITFIT



www.ritfit.jp



support@ritfit.jp



[X @ritfitjp](https://twitter.com/ritfitjp)