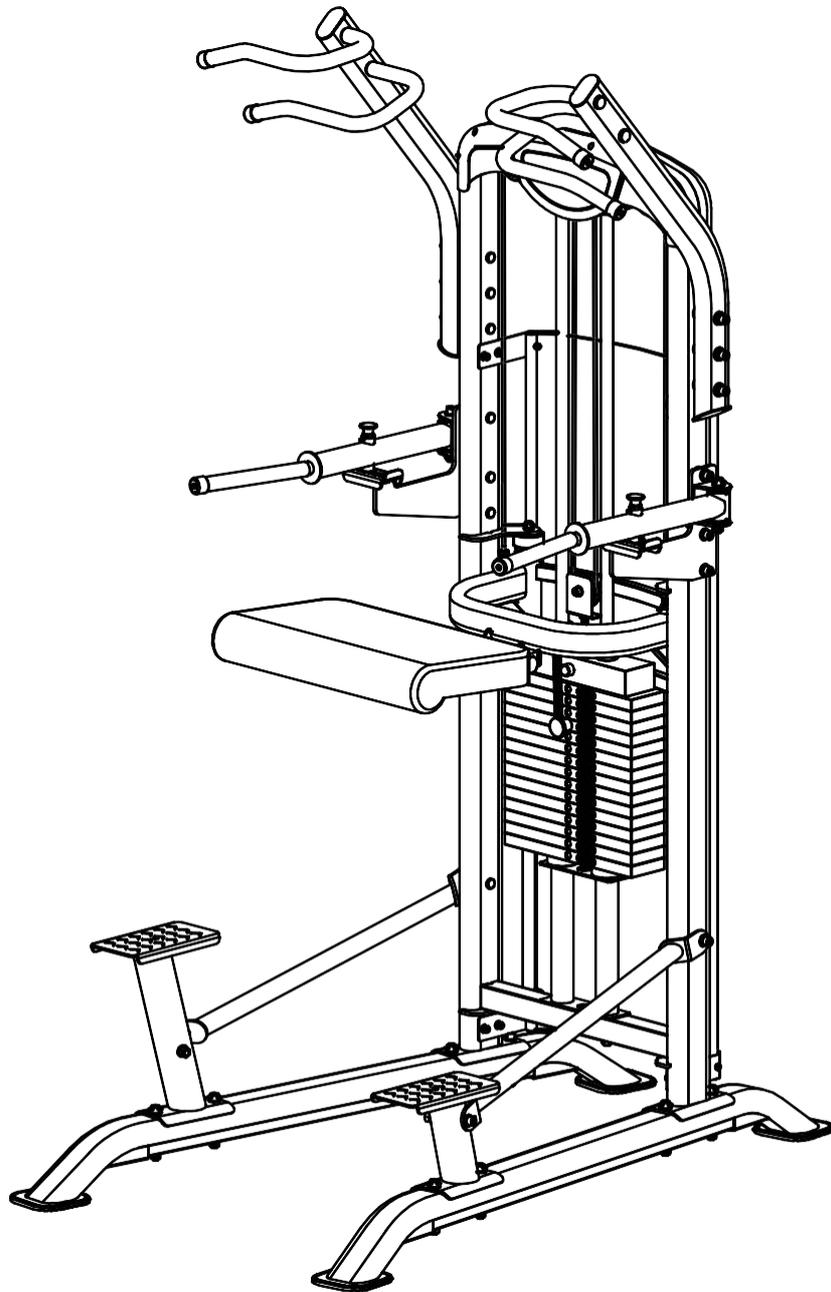


IROTEC

組立説明書

MB-CDA

チン&ディップアシスト WOT



CAUTION!

ご使用前に、このマニュアルのすべての注意事項と指示をお読みください。

目次

組立前の注意事項	1-6
パーツリスト	7-10
STEP1	11-12
STEP2	13-14
STEP3	15-16
STEP4	17-18
STEP5	19-20
STEP6	21-22
STEP7	23-24
STEP8	25-26
STEP9	27-28
STEP10	29-30

お客様各位

このたびは、IROTEC製品をお買い求めいただき誠にありがとうございます。
製品の組立に関して以下の事項にご注意ください。

※重要注意事項ですので必ずお読みください。

- お届けいたしました製品に万一不備および欠品などがあつた場合の対応は宅急便にて行います。※部品などのお届けに2～3日ほど日数がかかりますのでご了承ください。
- お届けより1年間を経過した場合はクレーム等をお受け致しかねますのでご注意ください。また、交換・修理に関しましては同封の製品保証書の内容に限ります。
- 組立には危険が伴いますので必ず2人以上で十分注意して組立を行ってください。
- 工具は付属していますが簡易工具となりますのでお客様の方で組立の必要に応じて工具をご用意ください。簡易工具の不具合は対応致しかねる場合がございます。
- 外箱は交換や返品の際に必要となりますので組立が終わるまでは保管してください。
- ご返品の際は、ご返品いただいた製品の状態によりご返金できない場合があります。(梱包や製品の傷の有無などの状態を確認させていただきます。)
- 万が一、製品の重量が建物の耐荷重を超えている場合は、設置を中断してください。

製品に関する安全上の警告注意事項

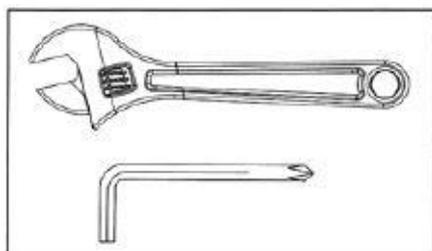
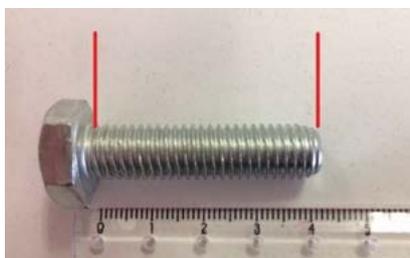
- 本製品は大型施設等のご使用には適していません。
- 本製品は室内専用となります。屋外での使用はおやめください。
- 直射日光のあたる場所に設置した場合、シートなどが変色する場合がございます。
- トレーニング器具の設置は周囲に十分なスペースを確保し危険物や貴重品等を付近から遠ざけ、水平な床に設置し安定していることをご確認ください。
- 製品の使用に伴い塗装が剥がれる場合がございます。剥がれた個所に直接触れますと怪我の恐れがあるため、十分に注意して下さい。
- ウエイトトレーニングは危険が伴いますので専門トレーナーの指導に従い補助の方をつけて正しい方法で行ってください。
- トレーニング器具は1人用です。同時に2名以上でのご使用はできません。また器具によじ登るなど通常の使用法以外での無理なトレーニングは決して行わないでください。
- トレーニング器具は子供やペットにとっては使用していない状態であっても非常に危険な物になりますので決して近づけないでください。
- 障がいをお持ちの方のご使用に際しては専門家か医師の付き添いのもとご使用ください。
- めまいや吐き気など身体の調子が良くないような状態が起こった場合は、直ちにトレーニングを中止し専門の医師にご相談ください。
- 本製品を改造、部品の装着をした場合、保証適応外になる場合がございますので製品の改造・部品の装着はおやめください。

組立時のご注意

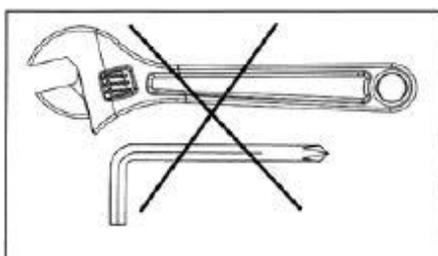
1. 組立の際はこのページの下部に記載されているマークに従って組立を行ってください。
2. 組み立て方により製品が歪む場合があります。歪みが発生した時は、一度ボルトを緩めて本体をゆすってから締めなおすと改善される可能性があります。

ナットは緩み止めパッキンが入っていますので手で締めるとその部分でいったん止まりますが、そこからは工具でしっかりと根元まで締めつけます。
3. いくつかのパーツはすでに工場に取り付けてある場合があります。
4. 商品を組み立てる際に倒れる恐れがあるパーツがございますので必ず2人以上で組立を行ってください。
5. 可動部分のボルトを締めすぎると可動不良・破損の原因となります。

ボルトの長さはヘッド部分（六角部分等）を除いた長さとなります。



このマークが記載されているページの工程はしっかりと本締めを行ってください。
本締めをする際は締めすぎに注意して下さい。



このマークが記載されているページの工程は本締めをせずに仮止めを行ってください。

本締めをされますと次の工程の作業が難しくなる場合がございます。

ご使用時のご注意

1. トレーニング開始前にストレッチなどの準備運動を行ってください。
2. 使用中はすべての可動部に物や指、頭、髪の毛、四肢を近づけないでください。
3. 使用に伴い塗装剥がれ・トゲが発生する場合がございます。怪我の危険があるため十分に注意して下さい。
4. 本製品にトレーニング以外の強い衝撃を与えたり、重いものを載せたりしないでください。
5. トレーニング量及び重量は徐々に増やし、無理なトレーニングはしないでください。怪我等の危険があります。
6. 飲酒後のトレーニングは絶対にしないでください。
7. トレーニング時は必ず運動靴を履き、運動に適した服装でご使用ください。また、可動部に巻き込まれる場合がありますので、紐類の無い服装をして下さい。
8. 時計、ネックレス、ブレスレット等のアクセサリー類は必ず外してご使用下さい。
9. トレーニングは、なるべく食後 1～2 時間後に行ってください。食後すぐのトレーニング及びトレーニング後 30 分の食事は控えて下さい。
10. すべてのポップピンに関してトレーニング前・ポップピン使用後に必ずきちんとはまっているか確認してください。きちんとはまっていない場合大きな怪我につながる危険性があります。

メンテナンス

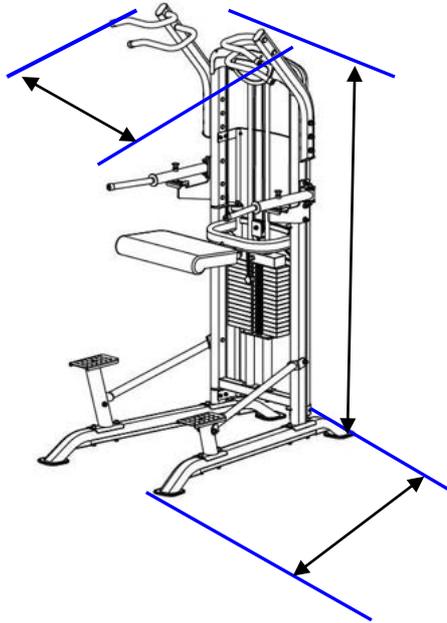
1. すべての可動部分の注油は、あなたのマシンにとって最適なパフォーマンスを発揮します。工場出荷時に若干の部分の最初の注油は工場で行っている場合があります。ご使用ごとに汚れなどを拭きとり、シリコンまたはテフロンスプレーを塗布されることを推奨します。
※油性の潤滑剤はホコリなどを付着させますのでご使用時は注意して下さい。
2. 全ての各可動部分は必ず定期的に点検してからご使用ください。また、ご使用中に違和感がある場合は、直ちに使用を中止し各部を点検整備してください。
3. ポップピンは消耗品ですのでご使用前に点検し定期的に必ず交換してください。
4. 定期的に、可動部分のボルトナットの緩みなど必ず点検してください。
交換部品は純正部品で交換してください。
5. トレーニング後はマシンに付いた汗などを綺麗に拭きとってください。汗などの水分が残っていると錆・早期破損の原因となります。
6. 特にクロームメッキ部品は汚れが付着すると動作が鈍くなりますので、ご使用後には必ず汚れなどを拭き、シリコンスプレーなどを塗布して光沢を維持してください。
7. ボルトナットはご使用されると緩みが出てくる場合がありますので、ボルトナットは定期的に増し締めしてください。
8. 溶接部分にクラック(裂け目・狭い割れ目)などが無い点検してください。
9. 定期的保守点検を実行することはご使用者の安全を確保し、機材の破損を軽減しますので必ず実行していただきますようお願いいたします。
10. メンテナンスを行う際、アルコール、中性洗剤等は使用しないでください。
11. 塗装が剥がれた場合、スプレー・錆止めタッチペン等で剥がれた部分を塗ってください。剥がれたまま放置すると錆の原因になります。

メンテナンスお勧め工具

- ・市販のパーツクリーナー＝古くなった油汚れを落とします。
- ・市販のシリコンスプレー、潤滑油＝摩擦破損を軽減します。
- ・エアブロー＝細かい粉クズ等を除去します。
- ・市販錆止めタッチペン＝塗装がはがれた部分に塗ると錆の防止になります。
- ・ウエス(布)＝製品にたまるホコリを拭きとります。

※スプレーの過剰塗付には十分ご注意下さい。

各耐荷重と製品サイズ



製品仕様

名称	チン&ディップアシスト WOT	本体寸法	L1570 W1100 H2325 (mm)
耐荷重	約150kg(自重含む)	保証期間	1年間
本体重量	213.8kg	製造国	中国
アシスト※	約90Kg		

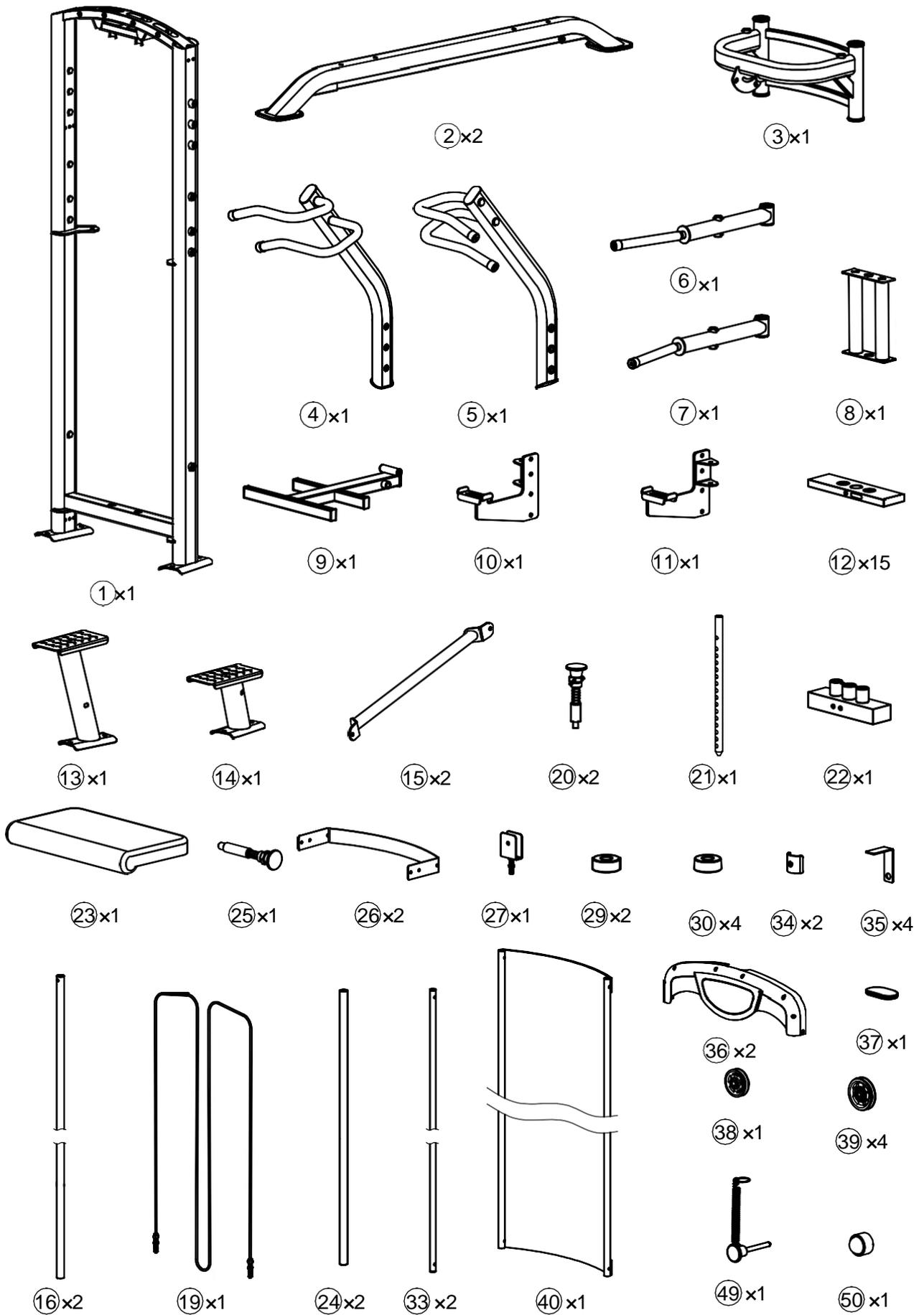
※=カウンターウエイトを使用した時の軽減値です。
不要時は折りたたむことが可能です。

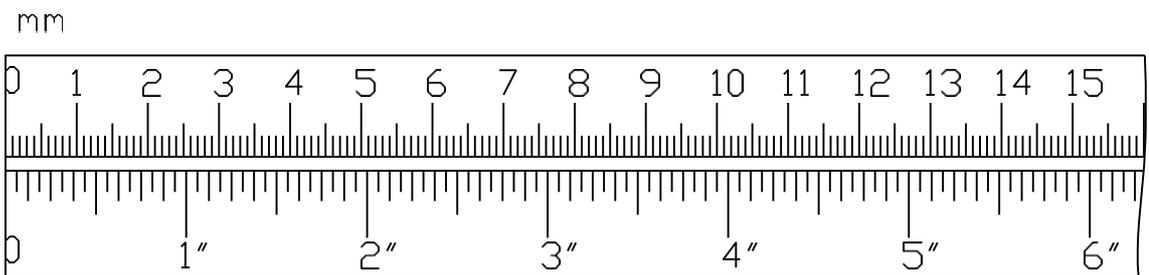
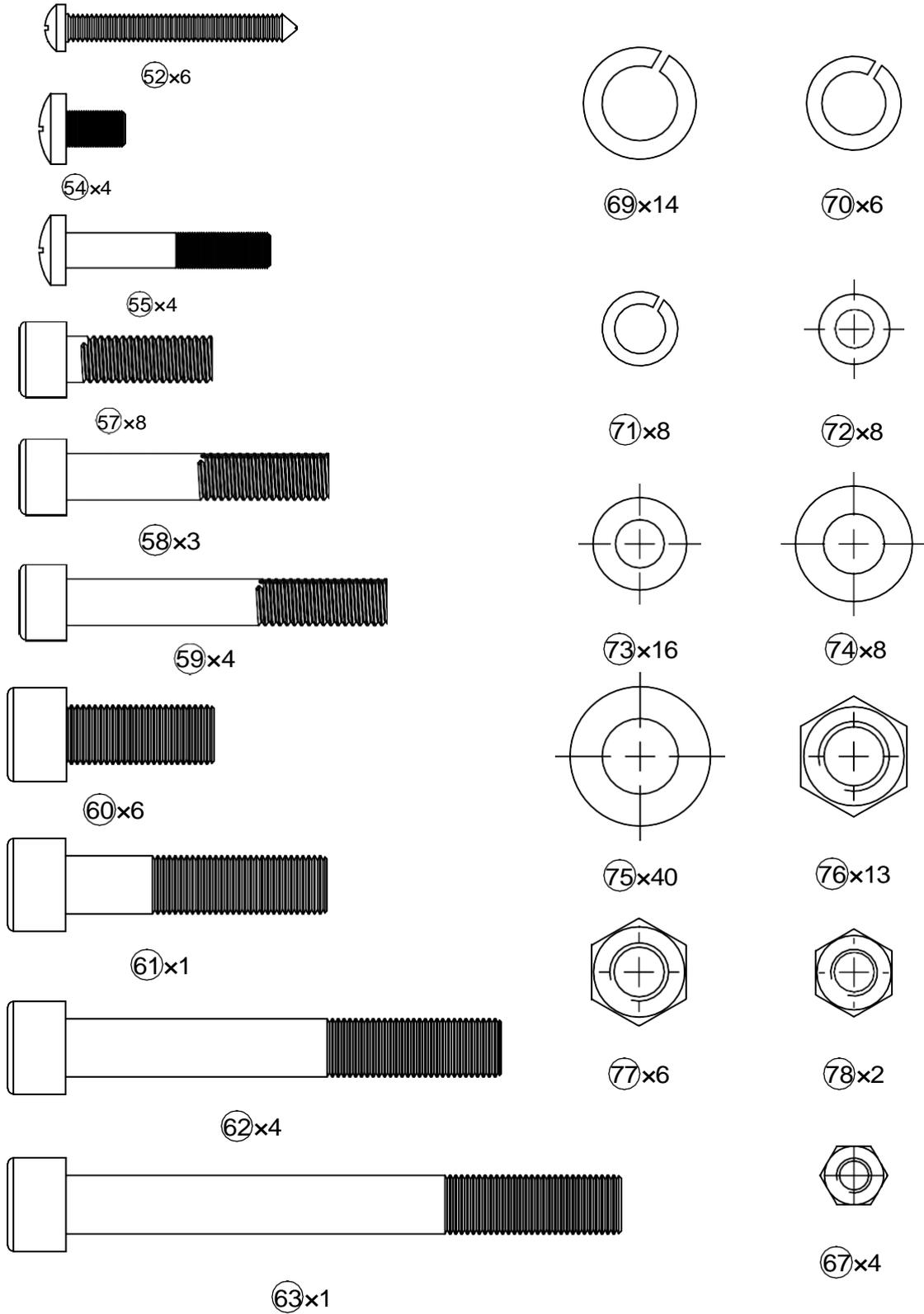
製品の仕様、外見などは、改良のため予告なしに変更する場合がございますので予めご了承下さい。

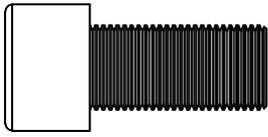
パーツリスト

パーツNo	パーツ名	注意事項	数量
1	メインフレーム	前後に注意して下さい。	1
2	ベースフレーム		2
3	アシストフレーム		1
4	レフトグリップフレーム		1
5	ライトグリップフレーム		1
6	レフトディップスフレーム		1
7	ライトディップスフレーム		1
8	ウエイトスタックスタンド		1
9	シートフレーム		1
10	レフトディップスセクターフレーム		1
11	ライトディップスセクターフレーム		1
12	ウエイトスタック		15
13	レフトフットステップ		1
14	ライトフットステップ		1
15	フットステップ補強ロッド		2
16	ウエイトスタックガイドロッド		2
17	ローグリップ	No4・5に取付済み	2
18	アップグリップ	No4・5に取付済み	2
19	ケーブル		1
20	ポップピン		2
21	セクターバー		1
22	トップウエイトスタック		1
23	サポートシート		1
24	アシストガイドロッド		2
25	ポップピン		1
26	カバーフレーム		2
27	ワンサイドプーリーブラケット		1
28	ディップスグリップ	No6・7に取付済み	2
29	ラバードーナツ	30mm	2
30	ラバードーナツ	24.5mm	4
31	エンドキャップ	No33に取付済み	4
32	エンドキャップ	No9に取付済み	4
33	カバーロッド		2
34	ガイドロッドプレート		2
35	プーリーLプレート		4
36	トップカバー		2
37	トップジョイントキャップ		1
38	プーリー	70	1
39	プーリー	90mm	4
40	メッシュカバー		1
41	スライドブッシュ	No3に取付済み	4
42	リニアベアリング	No3に取付済み	4
43	Cリング	No3に取付済み	4
44	メタルエンドキャップ	各パーツに取付済み	6
45	エンドキャップ	各パーツに取付済み	4

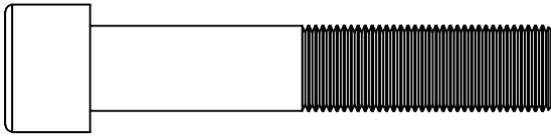
46	エンドキャップ	No4・5に取付済み	2
47	フットキャップ	No2に取付済み	4
48	プラスチックブッシング	No9に取付済み	2
49	ウエイトスタックピン		1
50	ナットカバー	M10	1
51	ナット	M12	1
52	タッピングスクリーボルト	ST4.8*40	6
53	タッピングスクリーボルト	ST4.0*9	4
54	+ネジ	M5*10	4
55	+ネジ	M6*35	4
56	インナーヘックスボルト	M6*15	6
57	インナーヘックスボルト	M8*25	8
58	インナーヘックスボルト	M8*45	3
59	インナーヘックスボルト	M8*55	4
60	インナーヘックスボルト	M10*25	6
61	インナーヘックスボルト	M10*45	1
62	インナーヘックスボルト	M10*75	4
63	インナーヘックスボルト	M10*95	1
64	インナーヘックスボルト	M12*25	8
65	インナーヘックスボルト	M12*65	6
66	インナーヘックスボルト	M12*100	12
67	ナイロンナット	M6	4
68	インナーヘックスボルト	M12*115	1
69	スプリングワッシャー	Φ12	14
70	スプリングワッシャー	Φ10	6
71	スプリングワッシャー	Φ8	8
72	ワッシャー	Φ6	8
73	ワッシャー	Φ8	16
74	ワッシャー	Φ10	8
75	ワッシャー	Φ12	40
76	ナイロンナット	M12	13
77	ナイロンナット	M10	6
78	ナイロンナット	M8	2
79	ウエイトステッカー		1set
	Lレンチツール	5#6#8#10#	1set



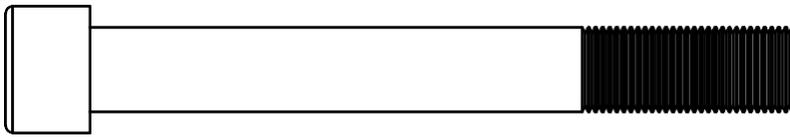




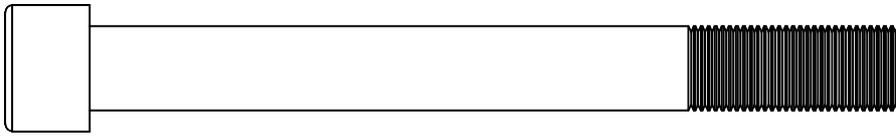
⑥4×8



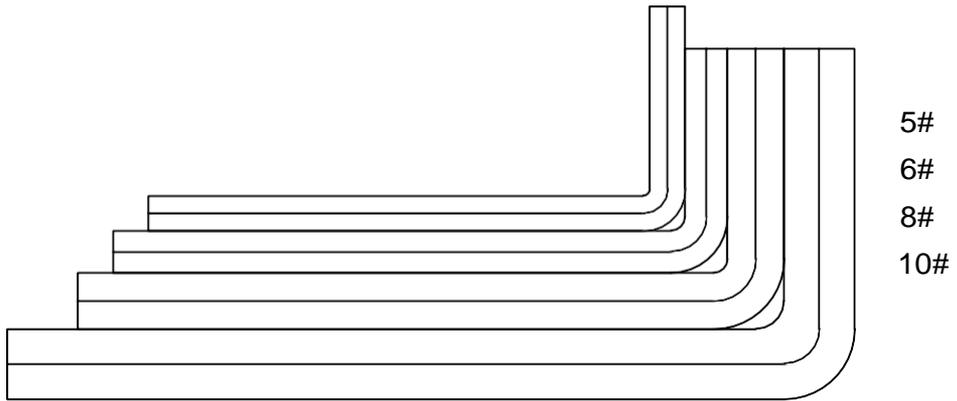
⑥5×6



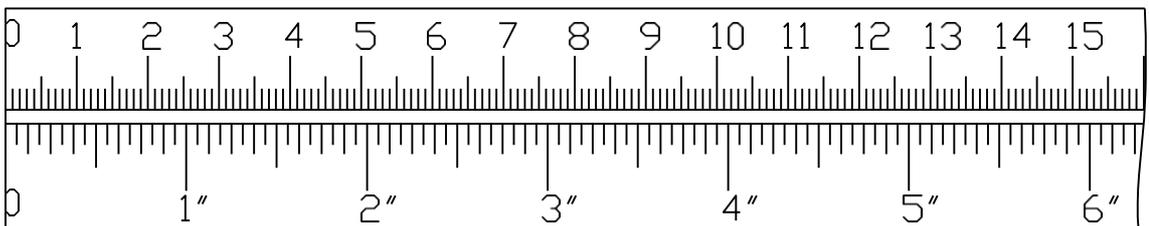
⑥6×12



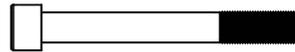
⑥8×1



mm



66



x4 M12x100

76

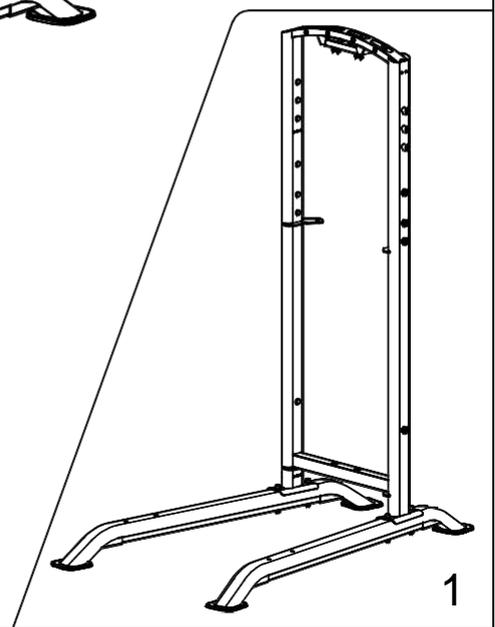
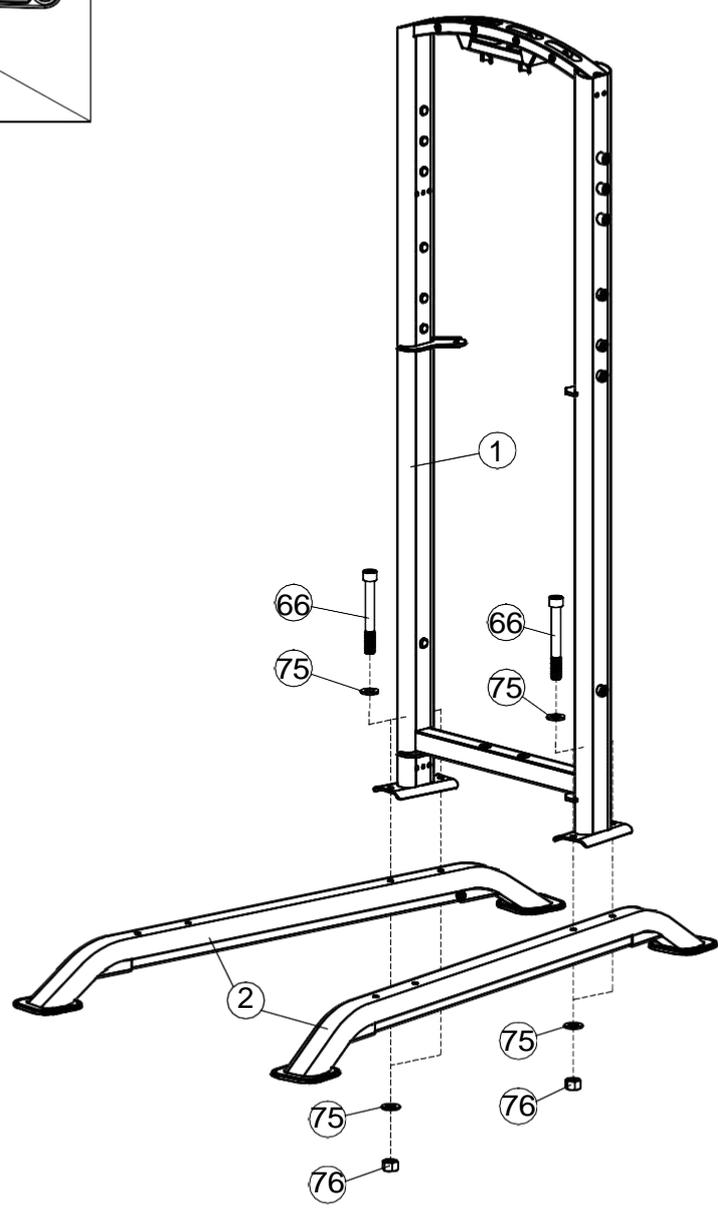
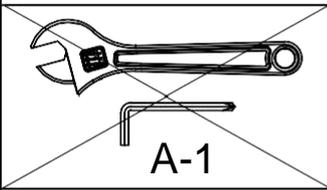


x4 M12

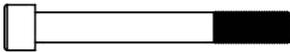
75



x8 012



メインフレーム（1）の前後に注意してベースフレーム（2）にM12*100ボルト（66） M12ナット（76）
Φ12ワッシャー（75）で取り付けて下さい。

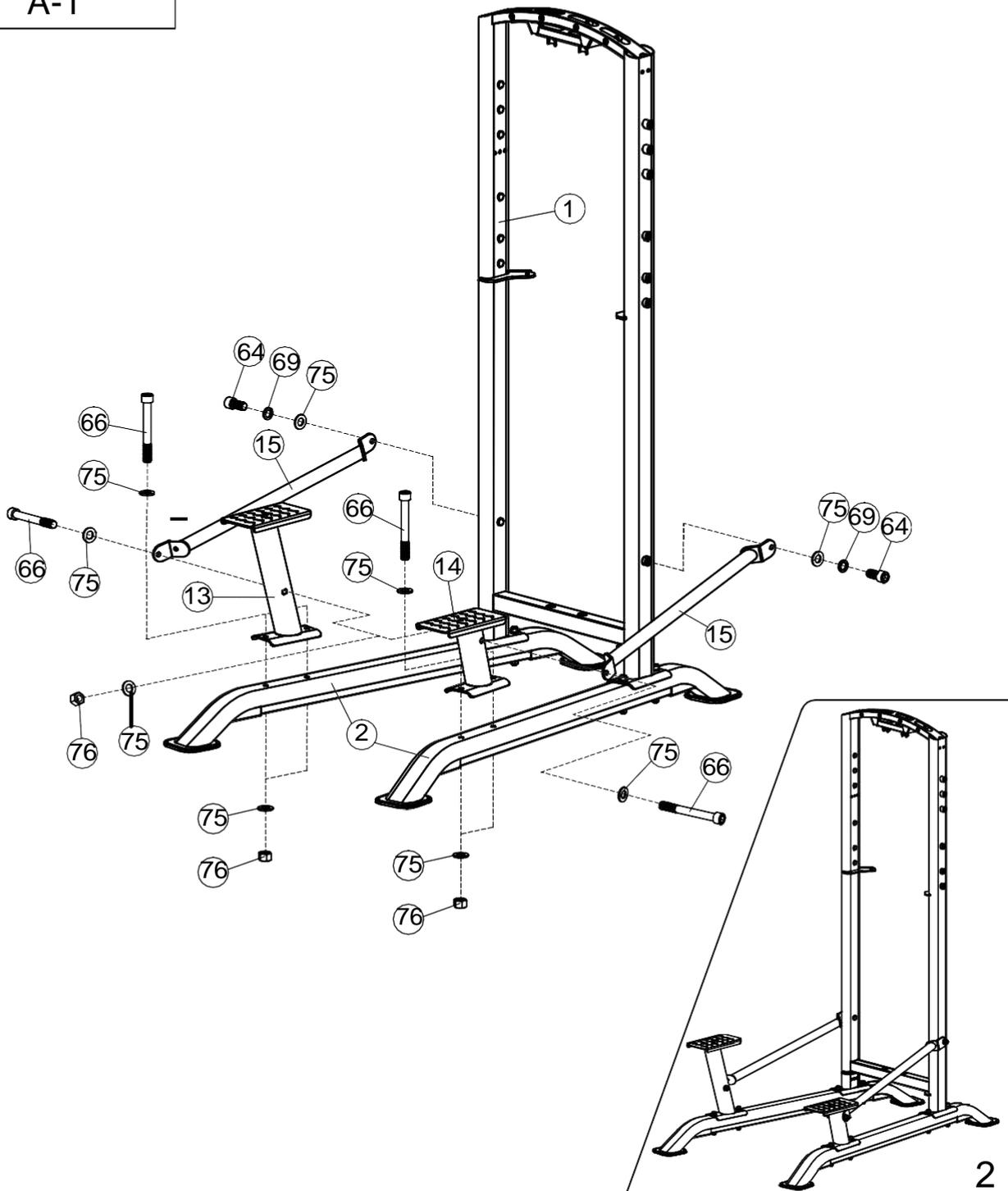
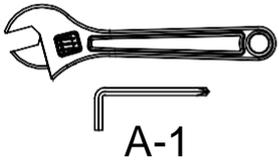
66  x6 M12x100

64  x2 M12x25

76   x6 M12

69   x2 012

75   x14 012



ベースフレーム（2）に各フットステップ（13/14）をM12*100ボルト（66） M12ナット（76）
Φ12ワッシャー（75）で取り付けて下さい。

※各フットステップはお好みで左右を入れ替えても問題ございません。

取り付けたフットステップ（13/14）とメインフレーム（1）にフットステップ補強ロッド（15）を
フットステップ側をM12*100ボルト（66） M12ナット（76） Φ12ワッシャー（75）
メインフレーム側をM12*25ボルト（64） Φ12スプリングワッシャー（69） Φ12ワッシャー（75）
でそれぞれ取り付けて下さい。

※ここを取り付けたらステップ1の部分の本締めしても問題ありません。

60



x4 M10x25

70



x4 010

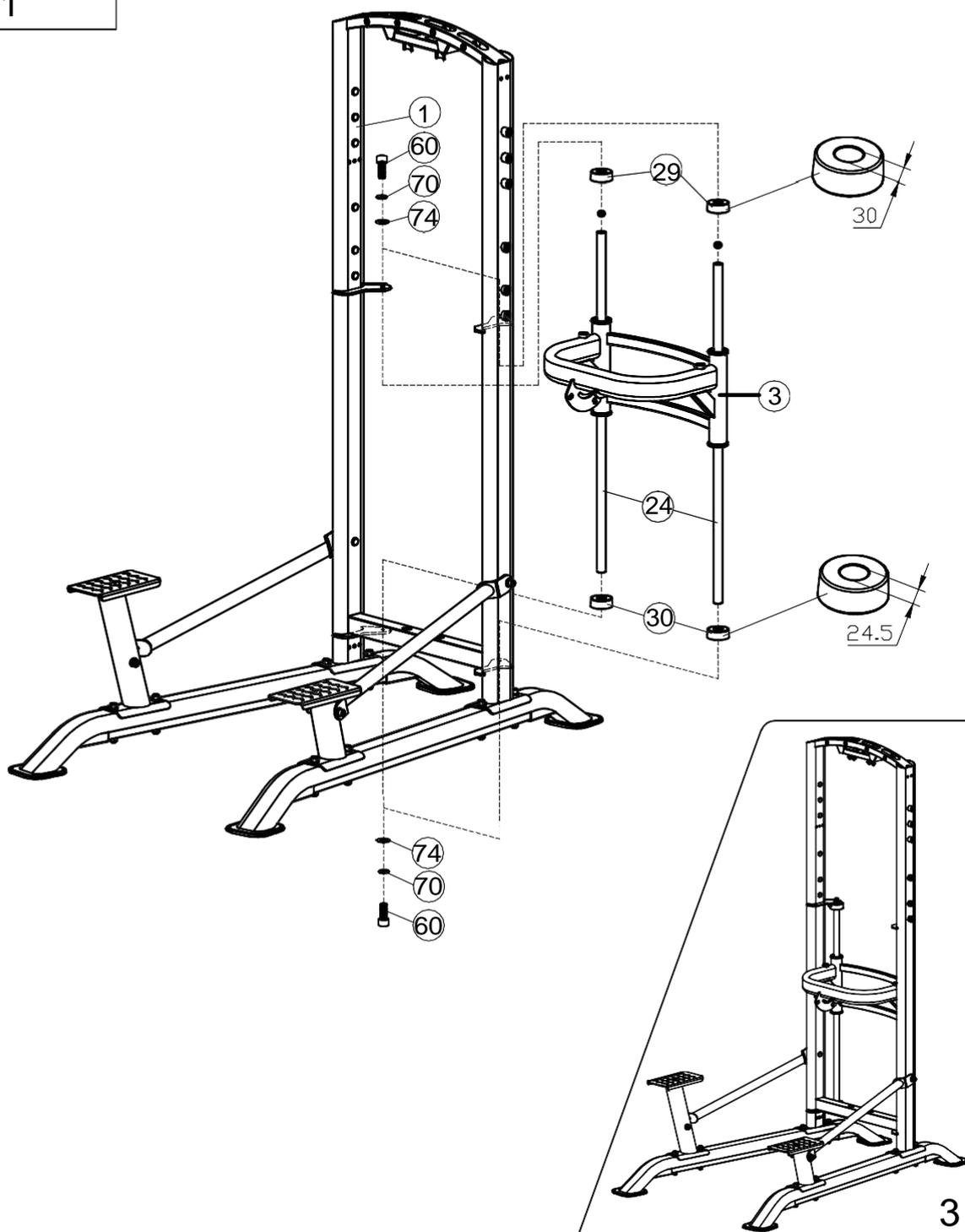
74



x4 010

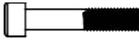
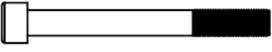


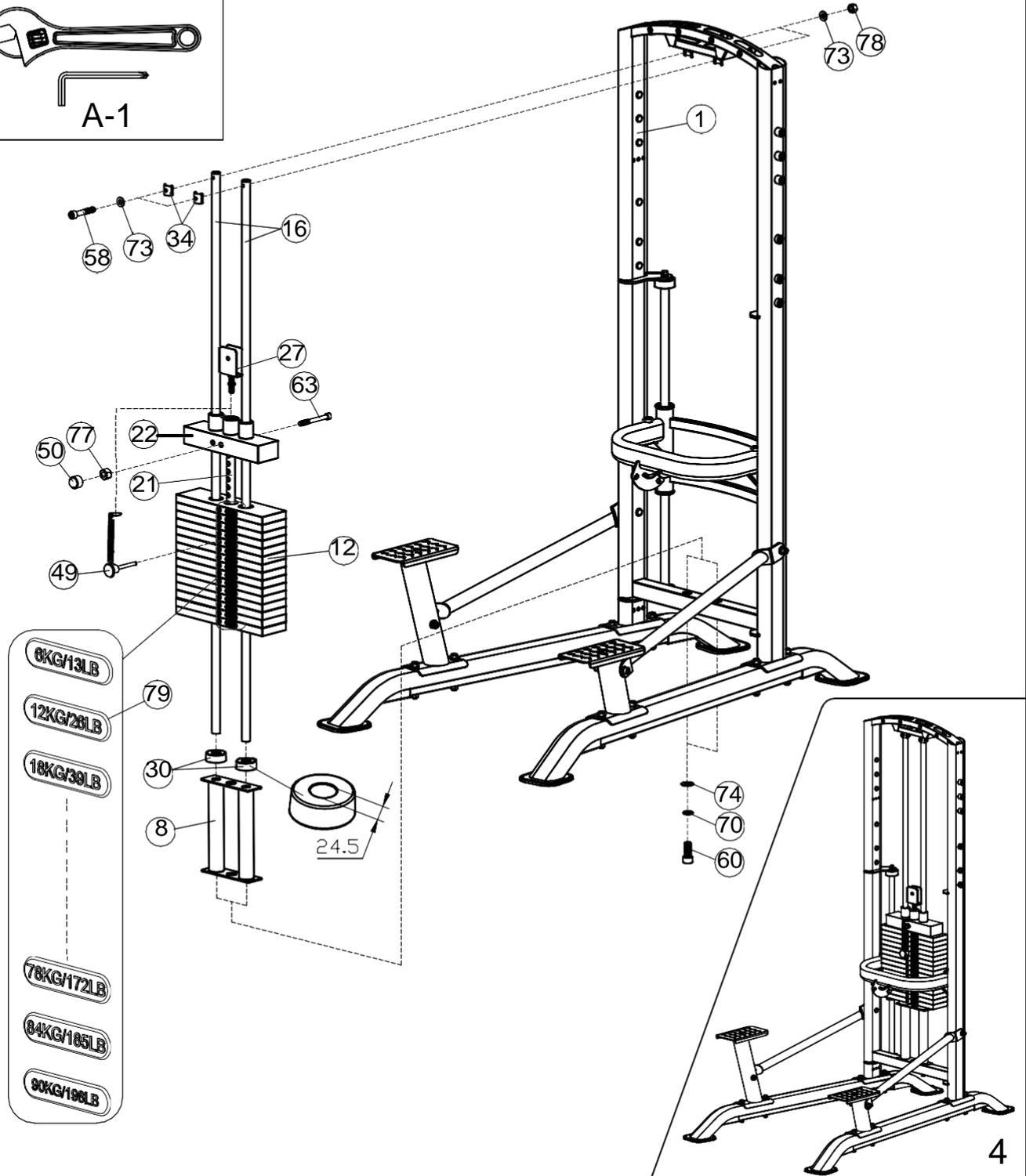
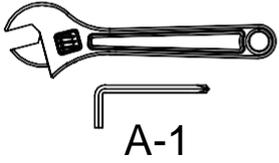
A-1



アシストガイドロッド (24) に下からラバードーナツ (30) アシストフレーム (3) ラバードーナツ (29) の順番に通して下さい。

各パーツを通したアシストガイドロッド (24) をメインフレーム (1) の突き出たプレート部分に M10*25ボルト (60) Φ 10スプリングワッシャー (70) Φ 10ワッシャー (74) で取り付けて下さい。

60		x2	M10x25	58		x2	M8x45
70		x2	O10	73		x4	O8
74		x2	O10	78		x2	M8
63		x1	M10x95	50		x1	M10
77		x1	M10				



ウエイトガイドロッド (16) をメインフレーム (1) の穴に差し込み、上部からウエイトスタックスタンド (8) ラバードーナツ (30) ウエイトスタック (12) トップウエイトスタック (22) の順番に通して下さい。

メインフレームの上部のU字のくぼみ部分にウエイトガイドロッドを合わせてM8*45ボルト (58) Φ8ワッシャー (73) ガイドロッドプレート (34) M8ナット (78) で仮止めして下さい。

メインフレームの下部の穴からM10*25ボルト (60) Φ10スプリングワッシャー (70) Φ10ワッシャー (74) を使用してウエイトガイドロッドを固定して先ほど仮止めした部分を本締めして下さい。

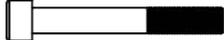
セレクターバー (21) の上部にワンサイドプーリーブラケット (27) を取り付けて下さい。
※ (27) はケーブルの張り調整を行う部分になりますので根元まで取りつけないでください。

組み立てたセレクターバー (21+27) をトップウエイト (22) の上部から差し込みセレクターバー (21) の横穴の最上部分とトップウエイト (22) の穴の位置を合わせてM10*95ボルト (63) を後部から差し込みM10ナット (77) で取り付けてナットカバー (50) をM10ナットに取り付けて下さい。

各ウエイトスタック (12/22) にウエイトステッカー (79) をしたから表記が重い順番で張り付けて下さい。

※油分がついているとステッカーが剥がれますのでご注意ください。

61  x1 M10x45

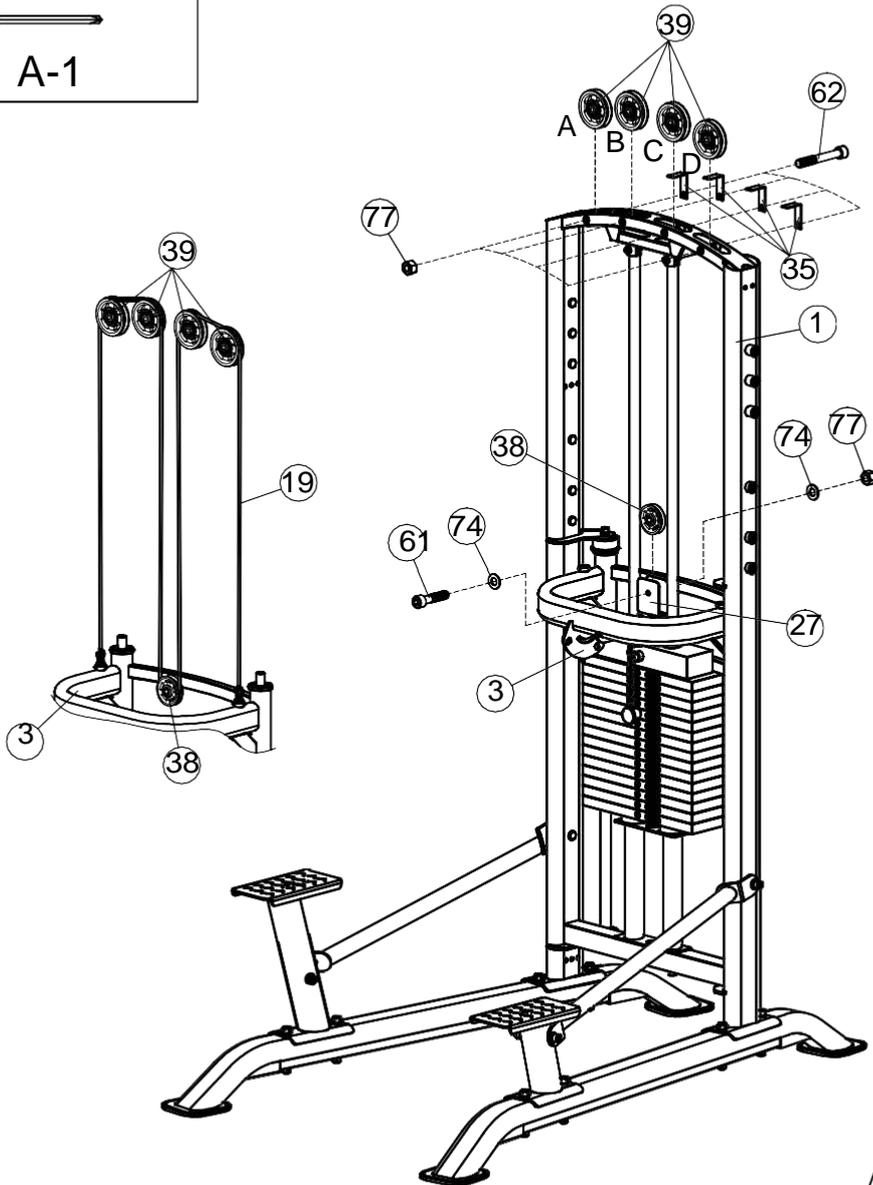
62  x4 M10x75

77   x5 M10

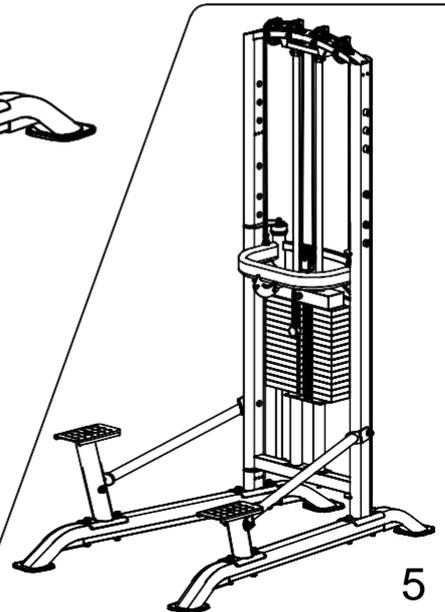
74   x2 010



A-1



メインフレーム (1) 上部図



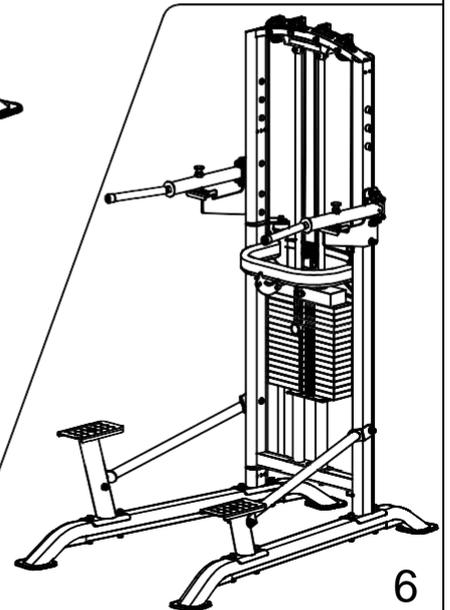
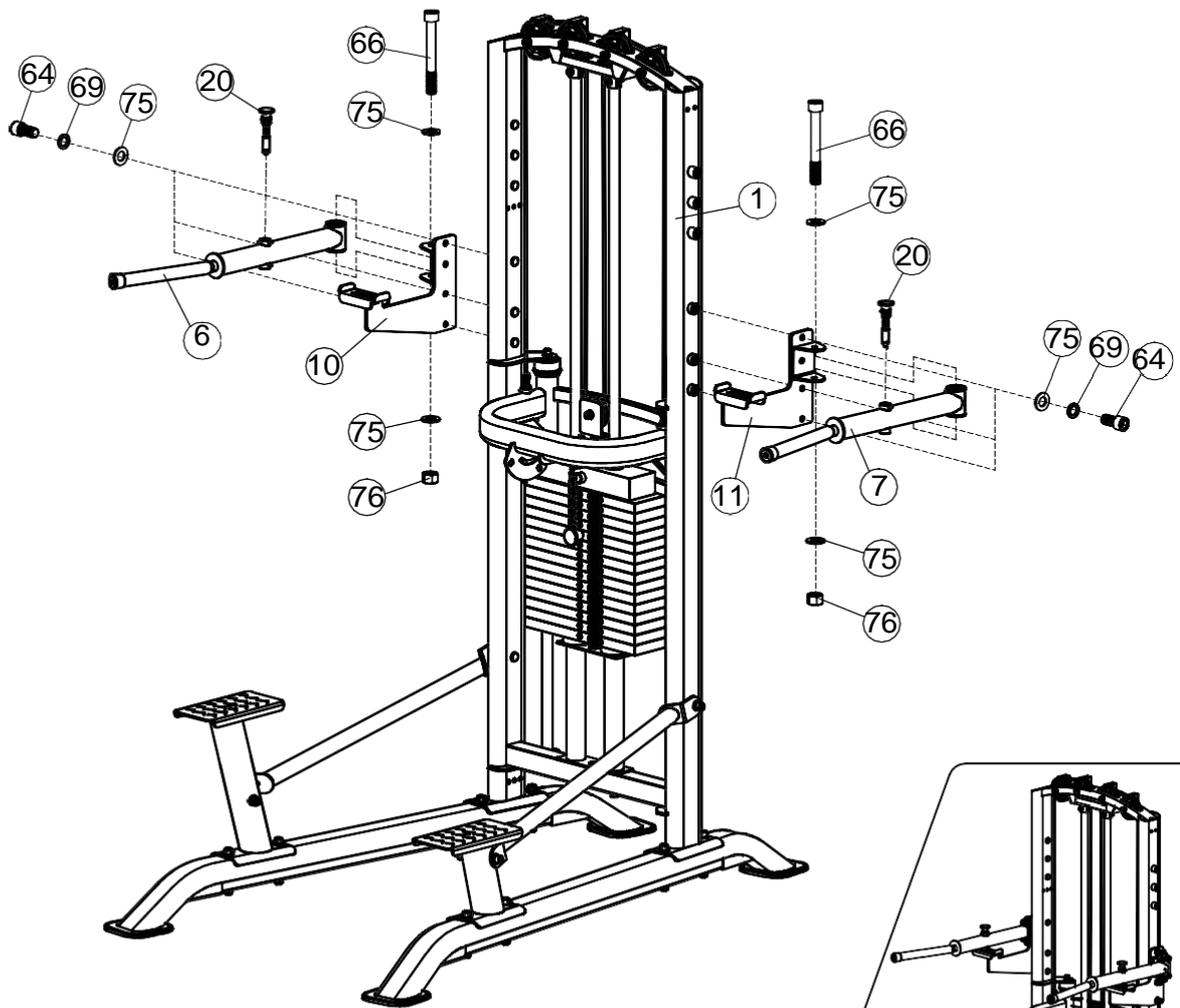
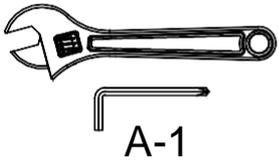
アシストフレーム (3) にケーブル (19) を片側取り付けてメインフレーム (1) の上部の穴Aから上部に通してからBから下部に通してからプーリー (39) にプーリーLプレート (35) を合わせてM10*75ボルト (62) M10ナット (77) で取り付けてケーブルをかけて下さい。

ワンサイドプーリーブラケット (27) 部分にケーブルをかけたプーリー (38) をM10*45ボルト (61) Φ10ワッシャー (74) M10ナット (77) で取り付けて下さい。

メインフレーム (1) の上部の穴Cから上部に通してからDから下部にケーブル (19) を通してからプーリー (39) にプーリーLプレート (35) を合わせてM10*75ボルト (62) M10ナット (77) で取り付けてアシストフレーム (3) のもう片側の取り付け部分にケーブル (19) の先端を取り付けて下さい。

※すべてのプーリーの部分は締めすぎないように注意して下さい。早期破損の原因になります。

- | | | | | | | | |
|----|--|-----|---------|----|--|----|--------|
| ⑥⑥ | | x2 | M12x100 | ⑥④ | | x6 | M12x25 |
| ⑦⑥ | | x2 | M12 | ⑥⑨ | | x6 | 012 |
| ⑦⑤ | | x10 | 012 | | | | |

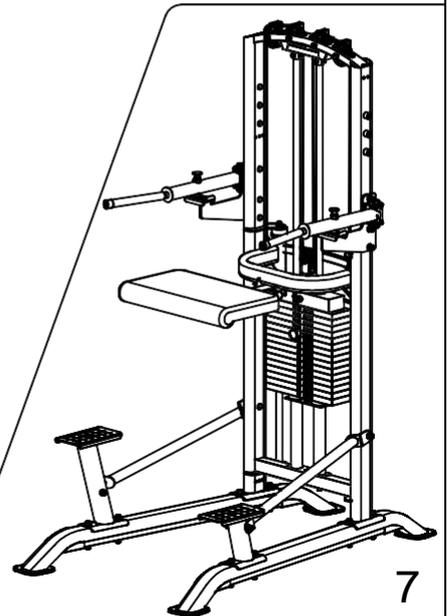
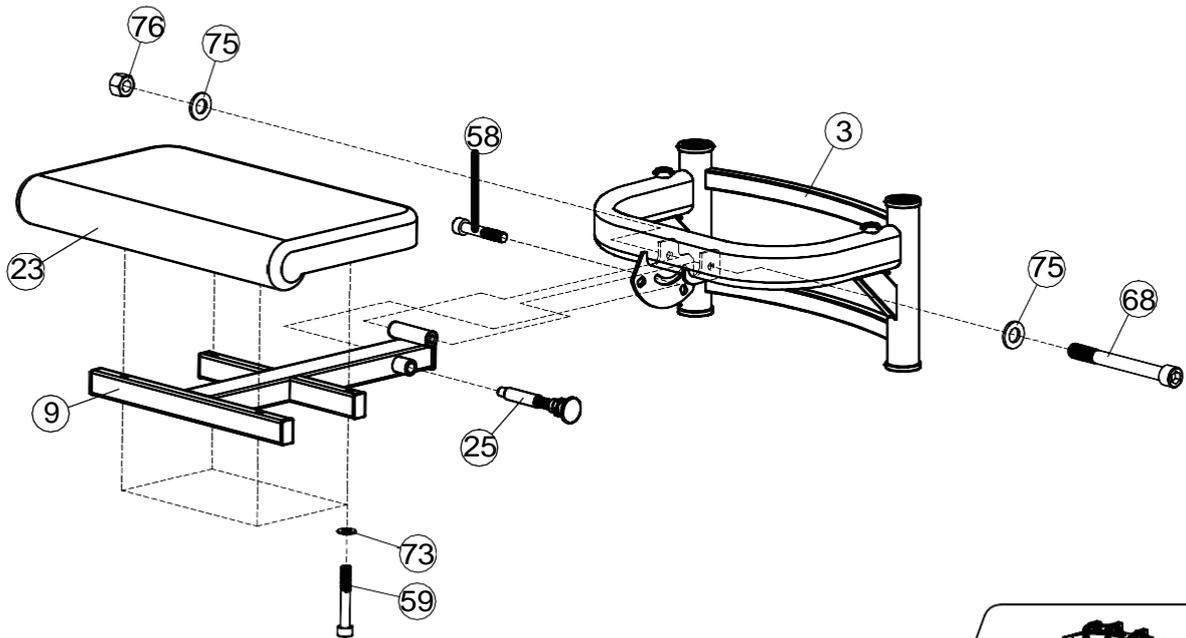
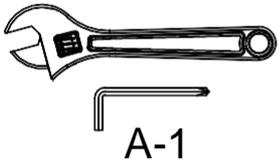


メインフレーム (1) に各ディップスセクターフレーム (10/11) をM12*25ボルト (64)
Φ12スプリングワッシャー (69) Φ12ワッシャー (75) で取り付けて下さい。
※締めすぎるとネジ穴が破損する恐れがございますのでご注意ください。

レフトディップスセクターフレーム (10) にレフトディップスフレーム (6) をM12*100ボルト (66)
Φ12ワッシャー (75) M12ナット (76) で取り付けて下さい。
※可動部分になりますので締めすぎにはご注意ください。
レフトディップスフレーム (6) にポップピン (20) を取り付けてきちんと可動するか確認して下さい。

ライトディップスセクターフレーム (11) にライトディップスフレーム (7) をM12*100ボルト (66)
Φ12ワッシャー (75) M12ナット (76) で取り付けて下さい。
ライトディップスフレーム (7) にポップピン (20) を取り付けてきちんと可動するか確認して下さい。

- | | | | | | | | |
|----|--|----|---------|----|--|----|-------|
| ⑥8 | | x1 | M12x115 | ⑤8 | | x1 | M8x45 |
| ⑦6 | | | | ⑤9 | | x4 | M8x55 |
| ⑦5 | | x2 | 012 | ⑦3 | | x4 | 08 |



アシストフレーム (3) 内側にある穴とシートフレーム (9) の円柱の穴を合わせてM12*115 (68) Φ12ワッシャー (75) M12ナット (76) で取り付けて下さい。
※この時点では仮止めで止めて下さい。

アシストフレーム (3) の弧の字から見えているシートフレーム (9) に空いている穴にM8*45ボルト (58) を取り付けて下さい。
※このボルトはサポート用なので締めすぎないようにしてください。可動不良の原因になります。

シートフレーム (9) の取り付けた逆側の突き出た円柱の穴にポップピン (25) を差し込んで先ほど仮止めをしていた個所を本締めして下さい。

シートフレーム (9) にサポートシート (23) をM8*55ボルト (59) Φ8ワッシャー (73) ですべての個所を仮止めしてから本締めして下さい。
※一か所ずつ本締めを行うと穴位置がズレ取付できない場合がございます。

52



x6 ST4.8x40

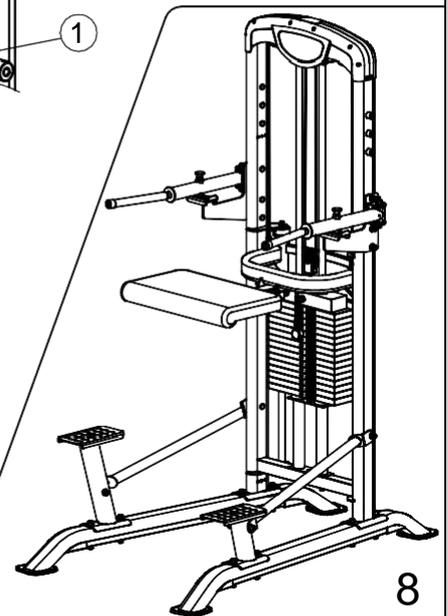
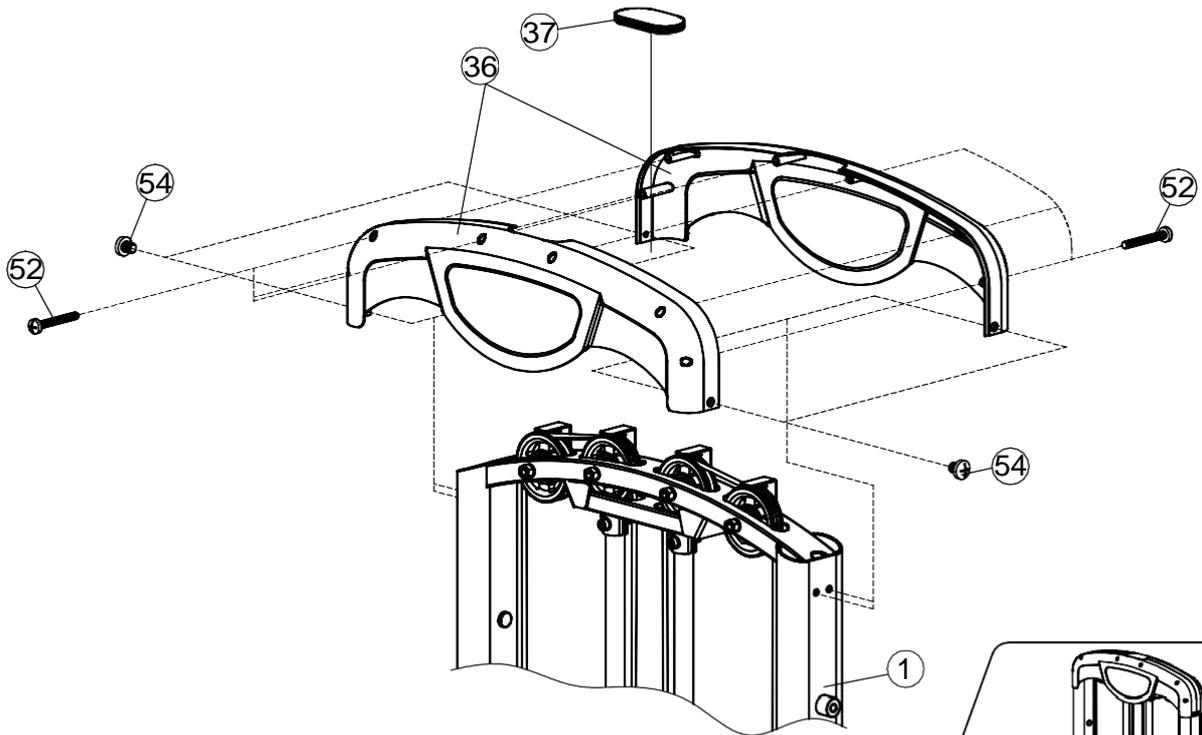
54



x4 M5x10



A-1

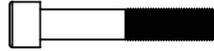


トップカバー (36) にトップジョイントキャップ (37) を取り付けてそれぞれをST4. 8*40ネジ (52) で仮止めで取り付けて下さい。

組み立てたトップカバー (36/37) をメインフレーム (1) にM5*10ネジ (54) で取り付けて先ほど仮止めした部分を本締めして下さい。

※破損の原因になりますので締めすぎにはご注意ください。

65



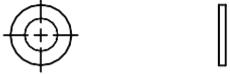
x6 M12x65

69



x6 012

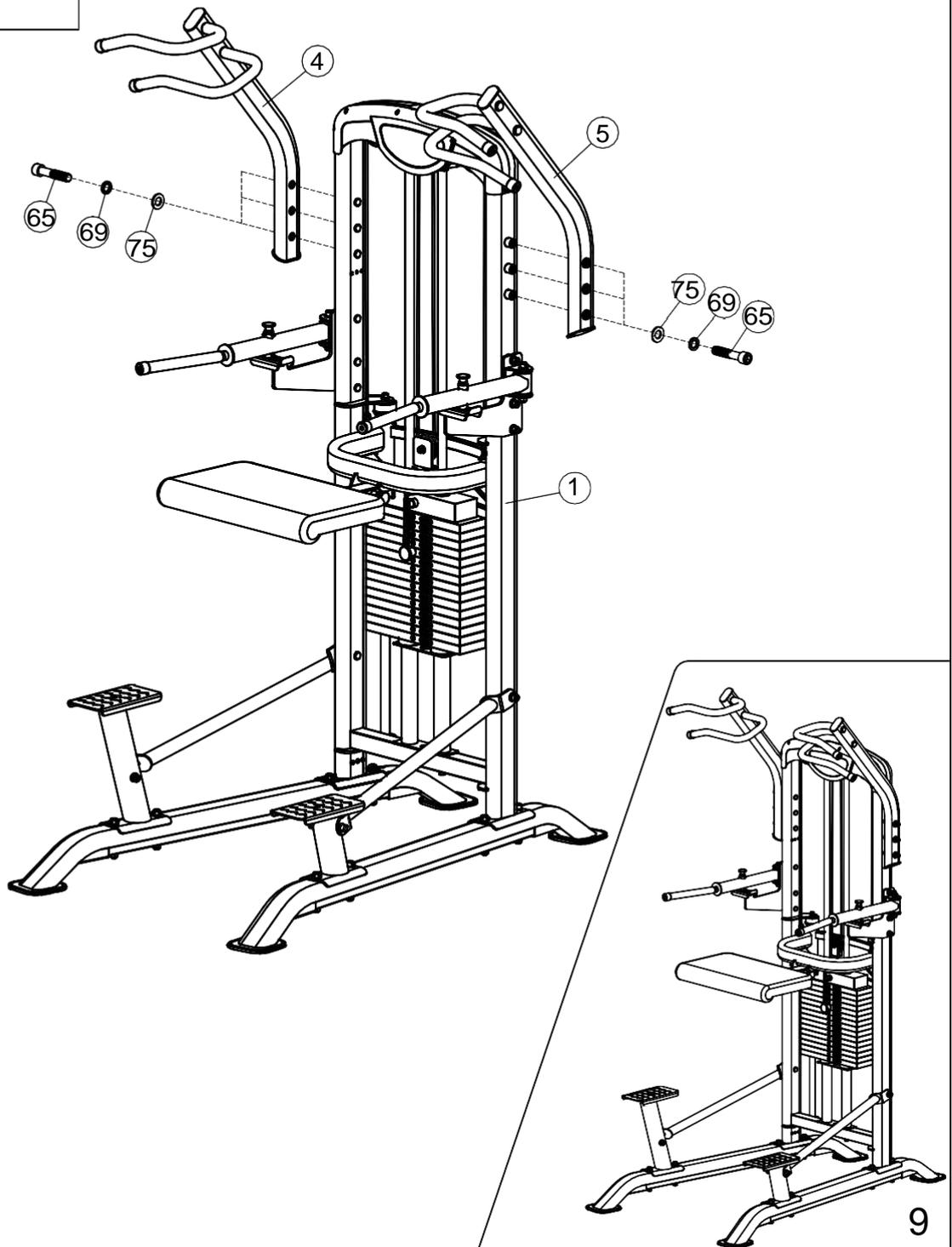
75



x6 012



A-1



メインフレーム (1) に各チンニングフレーム (4/5) をM12*65ボルト (65) Φ12スプリングワッシャー (69) Φ12ワッシャー (75) で取り付けて下さい。

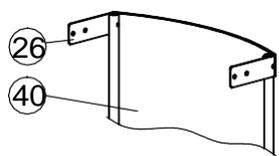
※グリップの向きに注意して下さい。

57		x8	M8x25	55		x4	M6x35
71		x8	08	72		x8	06
73		x8	08	67		x4	M6

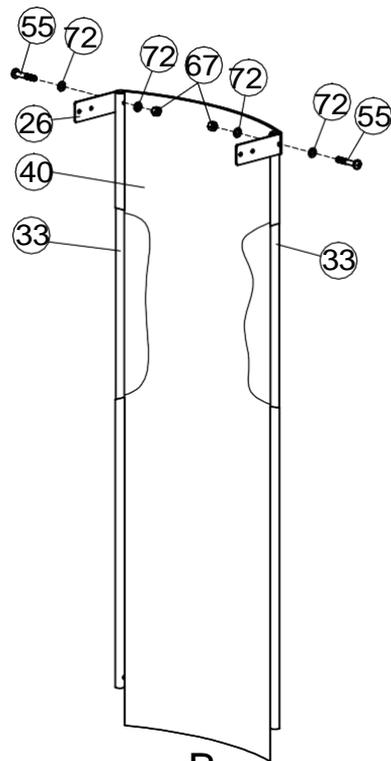


A-1

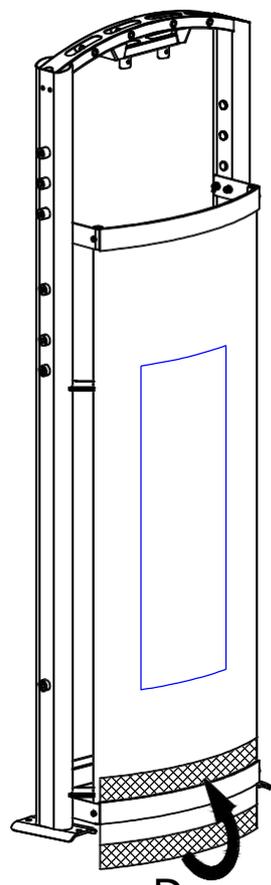
A → B → C → D



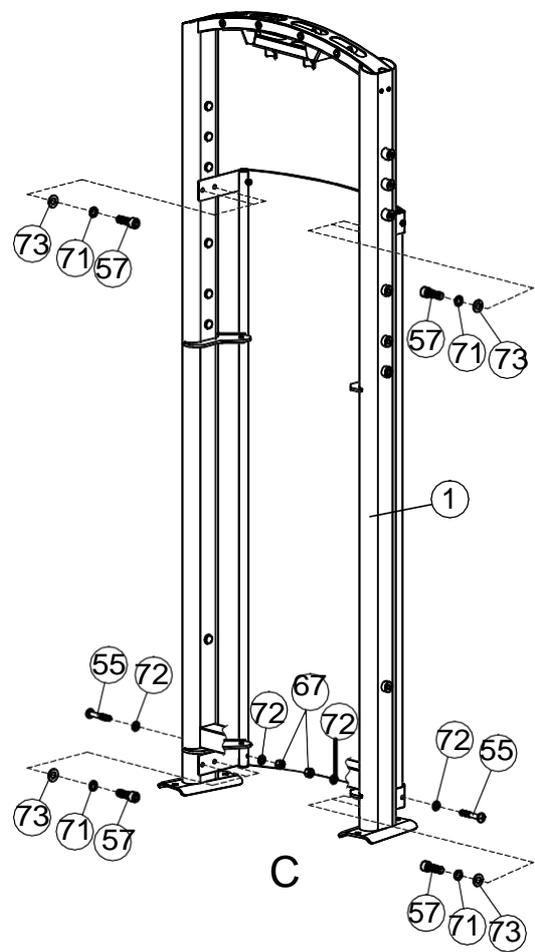
A



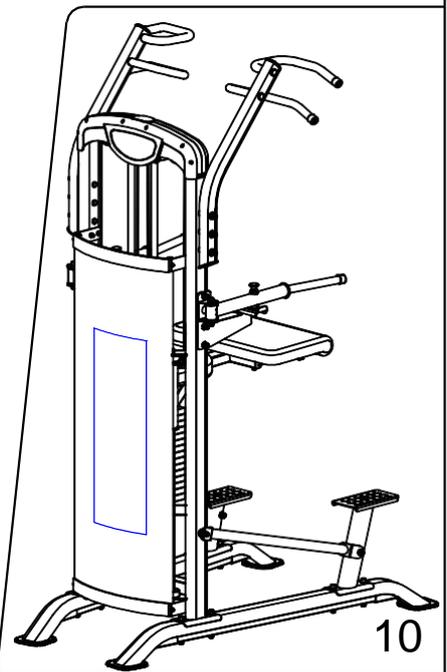
B



D



C



10

A=カバーフレーム (26) の一つにメッシュカバー (40) を取り付けて下さい。

B=カバーフレーム (26) にカバーロッド (33) をM6*35ボルト (55) Φ6ワッシャー (72) M6ナット (67) で取り付けて下さい。

C=メインフレーム (1) に各カバーフレーム (26) をM8*25ボルト (57) Φ8スプリングワッシャー (71) Φ8ワッシャー (73) で取り付けて下部のカバーフレームにカバーロッド (33) をM6*35ボルト (55) Φ6ワッシャー (72) M6ナット (67) で取り付けて下さい。

D=下部のカバーフレーム (26) にメッシュカバー (40) を巻き付けて下さい。

最後に全行程のボルト個所の締め忘れを確認して下さい。