

AB K300

商用可調式重訓椅

座墊

前後調整

一手拉起坐墊下的插銷(若拉不動可以稍微轉鬆)，另一手移動坐墊至合適的位置，放鬆插銷使其卡入固定孔洞。



角度調整

一手拉起坐墊端腳管旁的插銷，另一手扶著坐墊至適合的角度，放鬆插銷使其卡入孔洞。



背墊

角度調整

調整背墊前，請務必將坐墊先調整至位置最前方，避免跟背墊卡住
首先一手扶起背墊使固定橫桿懸空，再移動至適合的角度，將橫桿放入卡槽。

※為避免受傷，務必扶好背墊



固定腿部滾輪



安裝配件

背墊下方的黑鎖頭轉鬆，使方管內壁看不到鎖頭螺紋，拉起方管側邊插銷，同時將配件插入方管，放開插銷使插銷插入配件固定孔。

調整位置

背墊下方的黑鎖頭轉鬆，使方管內壁看不到鎖頭螺紋，拉起方管側邊插銷，同時將配件插入方管，放開插銷使插銷插入配件固定孔。



AB K300

商用可調式重訓椅

移動與收納

移動

雙手拉起坐墊下方的銀色把手，使重訓椅呈現傾斜約45度，即使用另一端腳管滾輪移動。



收納

首先將背墊調整至平整或接近平整角度，再用雙手拉起坐墊下方銀色把手，至重訓椅站立即可。

※若要站立收納，需拆除固定腿部滾輪配件。

※可靠牆收納增加安全性。



注意事項

安全警示

- 使用前請務必確認椅背、坐墊調整機構已完全卡緊，避免訓練中鬆脫。
- 請勿超過產品標示的最大承重限制（含使用者體重與額外重量）。
- 進行大重量訓練時，建議有人協助或監護，避免獨自操作。
- 請穿著合適的運動鞋與服裝，避免赤腳或鬆散衣物卡入機構。
- 兒童及未經允許人員禁止操作。

使用注意

- 訓練前建議先以輕重量熱身，並熟悉椅背、坐墊的調整方式。
- 調整椅背角度或坐墊高度時，請先確認設備無重量負載，並確實固定。
- 請勿在椅子上跳躍、站立或大力搖晃，以免設備傾倒或損壞。
- 使用完畢後，請將椅背與坐墊恢復至平整或收納角度，方便存放與他人使用。

維護與檢查

- 定期檢查螺絲、卡榫、調整機構是否鬆動或磨損。
- 若發現異常聲響、鬆脫或破損，請立即停止使用並通知管理人員。
- 使用後如有汗水或灰塵，請隨時擦拭，保持乾淨防滑。
- 定期檢查椅墊表面是否破裂或老化，必要時更換，以確保舒適與安全。

AB K300商用可調式重訓椅
最大承重為400KG



免責聲明

本器材僅供健身與體能訓練使用，使用前請務必詳讀並遵守本手冊之安全操作規範。使用者須自行評估身體狀況與運動能力，若於使用過程中因個人操作不當、忽視安全警示或未依說明使用而導致受傷或事故，製造商與經銷商概不負責。

請注意：

- 有心血管疾病、關節傷害或其他健康問題者，請於使用前先徵詢專業醫師建議。
- 請在合格健身教練或有經驗人員的指導下操作，避免因姿勢錯誤造成傷害。
- 兒童及未經允許人員禁止操作或靠近器材。

使用本器材即表示使用者已理解並同意自行承擔相關風險，製造商與經銷商不承擔任何因使用本器材所引起之意外、傷害或財物損失責任。

