

# MFB-110

## 多功能重訓椅

### 座墊



User Manual

Page

01 / 3

#### 固定座墊

將坐墊下方的固定桿尾端的孔洞，對齊勾腳上方的三孔固定座的孔洞，將固定栓穿過孔洞固定，而坐墊放平後，在坐墊背面靠近重訓椅中間支點的孔洞，穿入固定栓固定。



#### 調整角度

把固定栓抽出，固定桿與其他孔洞對齊，再將固定栓穿過孔洞固定。

### 背墊



#### 固定背墊

將背墊下方的固定桿尾端的孔洞，對齊背墊下方支架的孔洞，將固定栓穿過孔洞固定。



#### 調整角度

把固定栓抽出，固定桿與其他孔洞對齊，再將固定栓穿過孔洞固定。

### 勾腳

#### 調整角度

先將勾腳原有的固定栓抽出，將勾腳調整至適合的角度，對齊底座與勾腳上的固定孔，即可將固定栓穿過孔洞固定。





# MFB-110

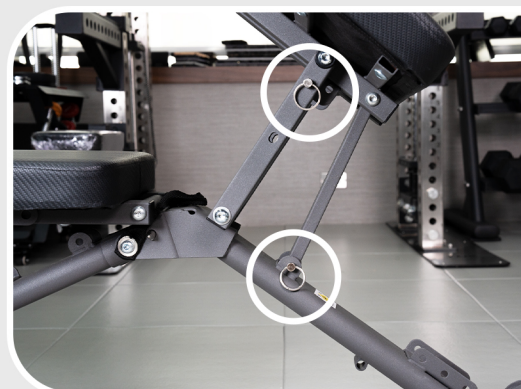
## 多功能重訓椅

### 二頭板模式



#### 固定栓拔除

將座墊背面與延伸固定桿尾端的固定栓皆拔除。



#### 固定栓安裝

首先將座墊延伸的固定桿，與下方座墊支架旁的孔洞對齊固定，再將支架與座墊下方連接處旁的孔洞，對齊固定。

### 收納

#### 固定栓拔除



將背墊延伸固定桿、座墊背面與延伸固定桿、勾腳等等的固定栓，以及重訓椅兩大支架中間支點的固定栓拔除。

#### 重訓椅摺疊



座墊背面靠近重訓椅中間支點的孔洞，先從重訓椅中間的織帶提把將整個重訓椅提起，之後穿入固定栓固定。



#### 固定栓安裝

首先最大固定栓安裝在重訓椅頂端支點處孔洞，而其他固定栓，可插在其他孔洞收納。

# MFB-110

## 多功能重訓椅

### 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。

### 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。



### 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。

### 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。