

2094 多角度臥推飛鳥重訓椅

座墊



角度調整

一手拉坐墊下方的拉柄，一手抬起坐墊，至適合角度後放開拉柄，使拉柄固定座墊即完成。

背墊

角度調整

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**卡榫**。

※為避免受傷，務必扶好背墊。



固定腿部滾輪



安裝配件

將滾輪配件把手朝下，靠近坐墊下方的支架，之後將配件與支架上的孔洞對齊，再插入插銷固定即完成。



調整位置

拉起側邊插銷，將配件移動配件至適合位置，孔洞對齊後，再插入插銷固定即完成。

移動



抬起椅子

拉起固定腿墊下方的把手，使重訓椅呈現傾斜約45度，即可使用另一端腳管的滾輪移動。



2094 多角度臥推飛鳥重訓椅

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）。
※2094多角度臥推飛鳥重訓椅 最大承重為400KG
- 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。



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。