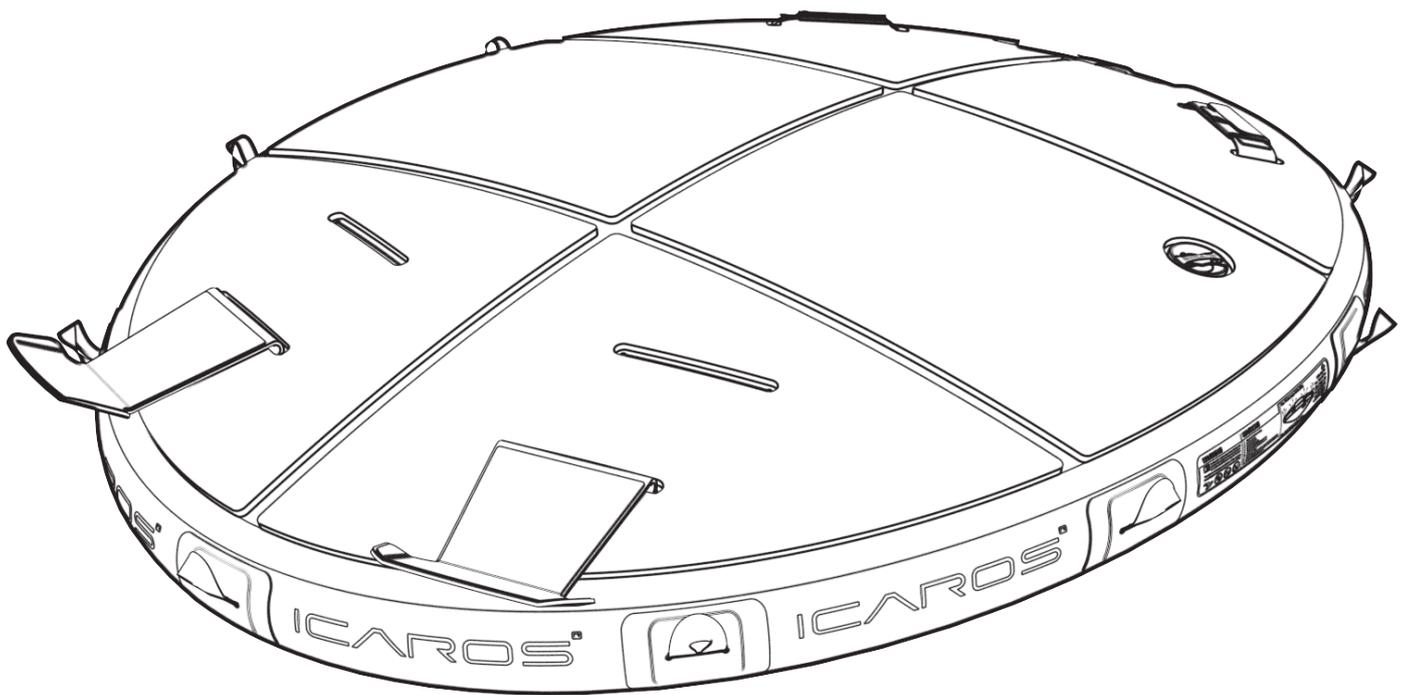


ICAROS

CLOUD

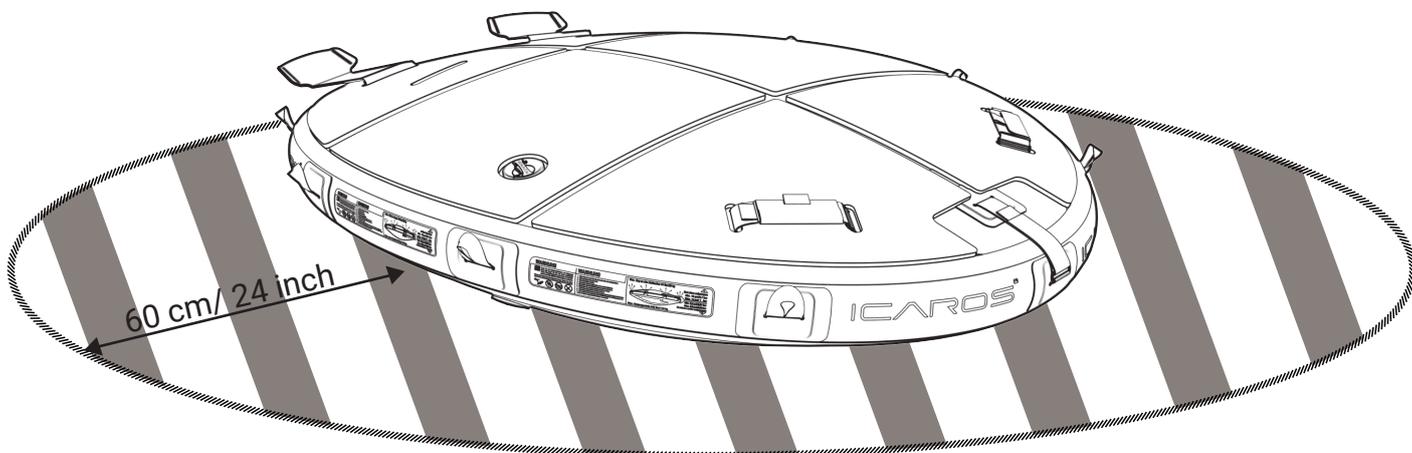


取扱説明書

1 安全

安全エリア

ICAROS Cloudは、家庭用・スタジオ用のH・Sクラスの室内トレーニング機器です。ICAROS Cloudのエクササイズでは、ご自身のバランス能力に挑戦することができます。デバイスから落下して、怪我や死に至る可能性がありますので、転倒した場合に備え、周囲に十分なスペースがあるか確認してください。デバイスを安全に使用するために、ICAROS Cloudの周囲に、幅60cm以上の安全エリアを確保してください。ICAROS Cloudの周りに他のトレーニング機器がある場合は、安全エリアを共有ください。



安全に関する警告

デバイスは、鋭利なものや尖ったものがない安定した水平な場所に、必ず置いてください。ICAROS Cloudの周囲に、十分な空きスペースがあることを確認してください。ICAROS Cloudと床の損傷から保護するために、柔らかい表面に置くことを推奨します。

安全に動作するように、ICAROS Cloudの上側は、最小10 psi / 0.7 barまたは最大14 psi / 1 barの圧力が必要です。下側は、最小0.2 psi / 0.01 bar、または最大0.8 psi / 0.05 barの圧力が必要です。理想的な圧力は、上側12 psi / 0.85 bar、下側0.5 psi / 0.03 bar以下です。弁は汚れや埃がなく、常に保護キャップで覆われている必要があります。

ICAROS Cloudは、必ず1人で使用してください。最大体重は110 kgです。ユーザの身長は、最小140cmから最大200 cmまでです。ユーザーとICAROS Cloudを損傷から保護するために、ユーザーと着用衣類には鋭利なものや尖ったものがないようにしてください。お子様が使用する際は、取扱説明書を読み、注意事項を知っている大人が必ず監視してください。

完全に膨らませて、組み立てた状態でのみ、使用してください。

ICAROS Cloudを使用する際は、乗り降りの説明書に従ってください。

ICAROS Cloudを水中では使用しないでください。スタンド・アップ・パドルボードではありません。ICAROS Cloudの上で、ウエイトは使用しないでください。転倒してケガをする危険性があります。ICAROS Cloudを使用中は、無理をせず、疲れやめまいを感じた場合は使用しないでください。健康上の制限がある場合は、ICAROS Cloudでトレーニングできるか医師に確認してください。

ICAROS Cloudの付属品は、ICAROS GmbHによってテストされた機器のみを使用してください。他の機器を使用すると、ICAROS Cloudに損傷を与えたり、怪我をする可能性があります。

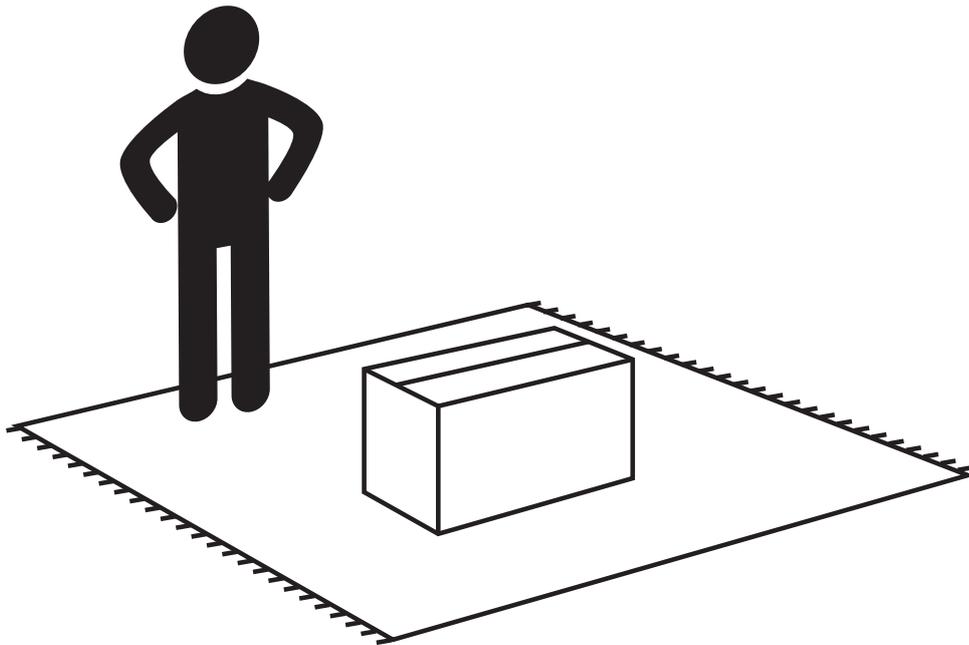
ICAROS Cloudをお手入れする際は、湿らせた布で表面を拭いてください。洗剤は使用しないでください。ICAROS Cloudを強くこすり過ぎないでください。本体に損傷を与える可能性があります。より長く耐久性を保つため、日光から製品を保護してください。

ICAROS Cloudは、空気膨らませます。空気入れに適した空気用ポンプのみを使用してください。圧縮器などで素早く膨らませる場合は、必ず一時停止してください。

ICAROS Cloudが破損し、空気圧が低下するなどした場合は、破損が修復されるまで使用しないでください。安全に使用できません。その際は、カスタマーサポート(info@icaros.com)までお問い合わせください。ICAROS Cloudの下側に記載されているシリアル番号も合わせてお問い合わせください。

ご使用前にICAROS Cloudが破損していないかを確認し、デバイスが動作することを確認してください。損傷している場合は、修理されるまで使用しないでください。

1 準備

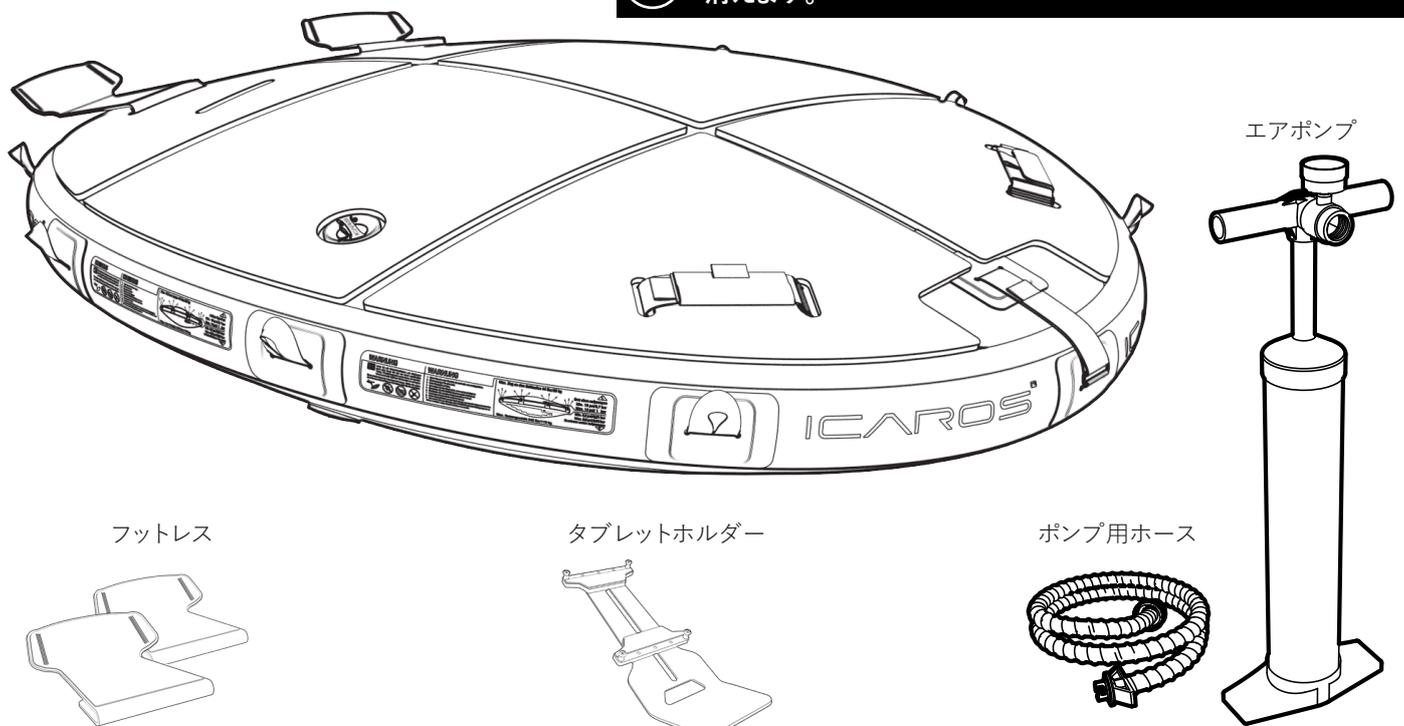


ICAROS Cloudを膨らませて使用する際は、250cm×250cm以上のスペースが周囲にあることを確認してください。使用するスペースには、鋭利なものや尖ったものがないようにしてください。床とICAROS Cloudを保護するために、柔らかいカーペットパッドを使用することをお勧めします。ICAROS Cloudの重さは12kgです。膨らませたICAROS Cloudの長さは155cm、幅は123cmです。

2 梱包内容の確認

ICAROS Cloud (平らな状態)

i 空気を入れた後48時間以内に、EVAのパッドの指紋やシワが消えます。



フットレス

タブレットホルダー

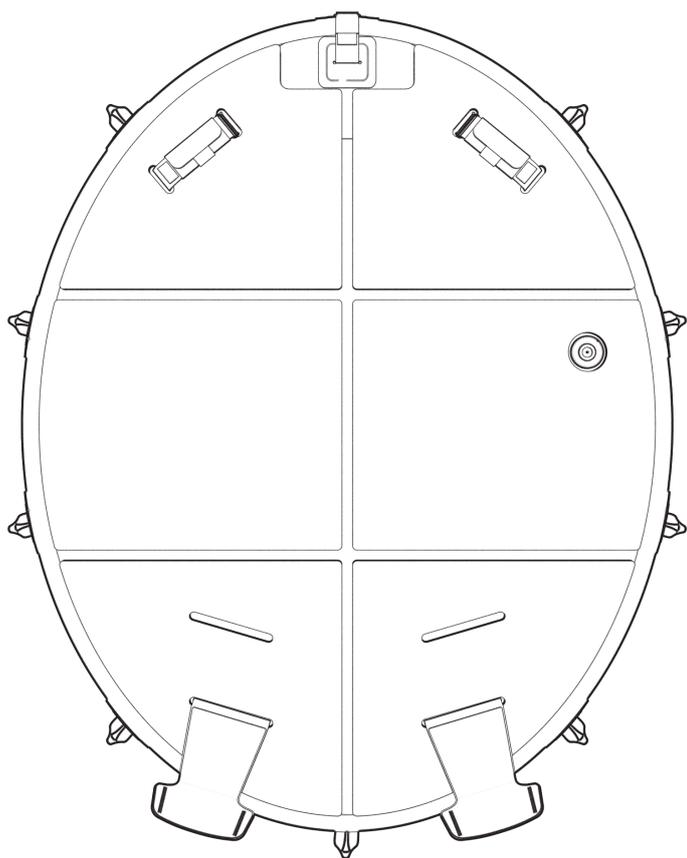
ポンプ用ホース

エアポンプ

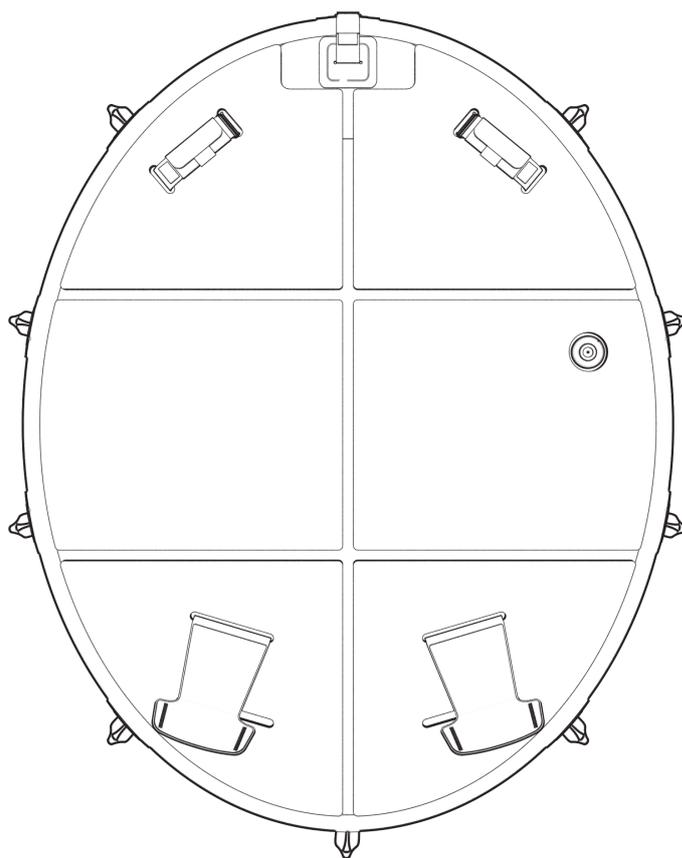
箱の中身を確認し、表示されているものがすべて入っていることを確認してください。ICAROS Cloudを広げて、破損がないか確認してください(EVAパッドのシワは膨らませてから48時間以内に消えます)製品が破損している場合は、info@icaros.com までご連絡の上、修理が完了するまでご使用しないでください。

2 設置

1 サイズ設置



200 cm - 170 cm
フットレスト外側

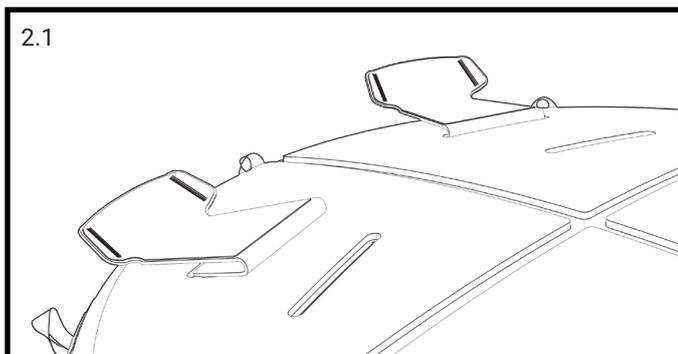


170 cm - 140 cm
フットレスト内側

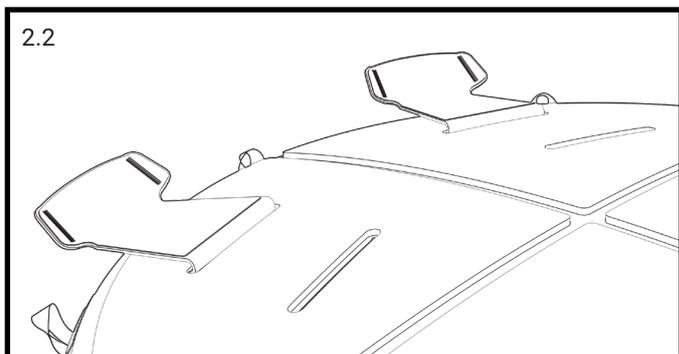
2 フットレストの取り付け



ICAROS Cloudを膨らませる前に、フットレストを取り付けることで、デバイスを保護し、損傷を防ぐことができます。



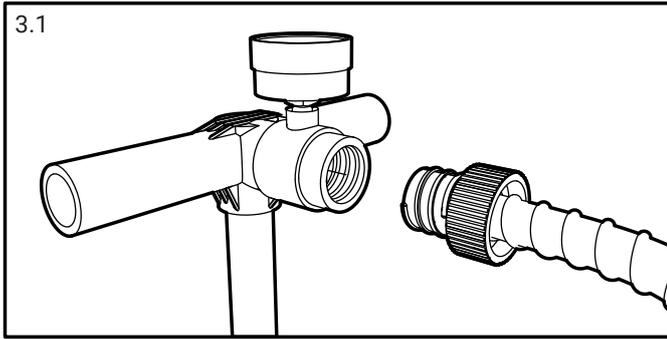
ICAROS Cloudの上のポケットに、フットレストを慎重に入れて、中へ押ししてください。ポケットが破損する可能性がございますので、力を入れないでください。



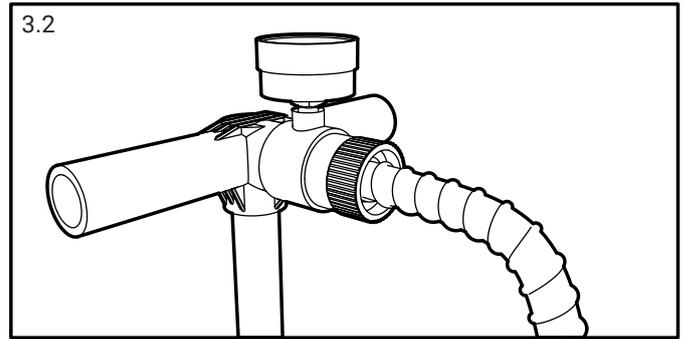
取り付け後のフットレストは、上図2.2.のようになります。

2 設置

3 ポンプの設置

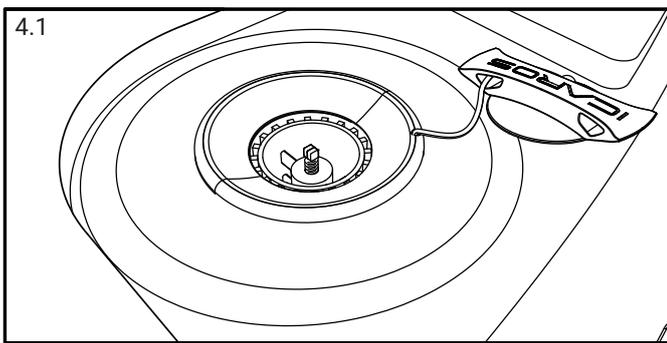


3.1
エアポンプのソケットに、ホースを慎重にねじ込み、取り付けます。破損の原因となりますので、力を入れないでください。

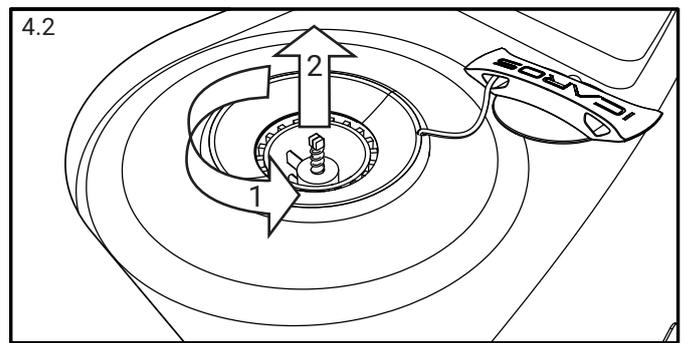


3.2
取り付け後、エアポンプは上の写真のようになります。エアホースがソケットに正しく取り付けられていない場合は、3.1 を繰り返してください。

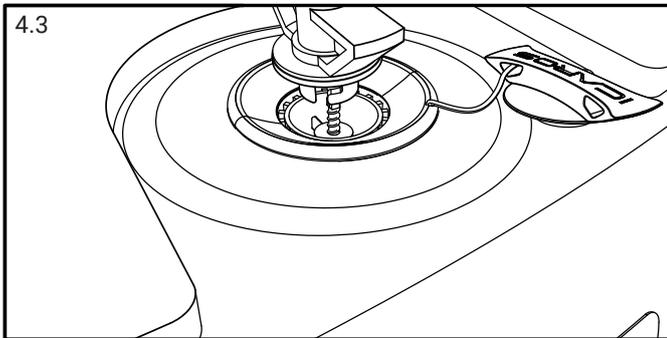
4 弁の取扱方法



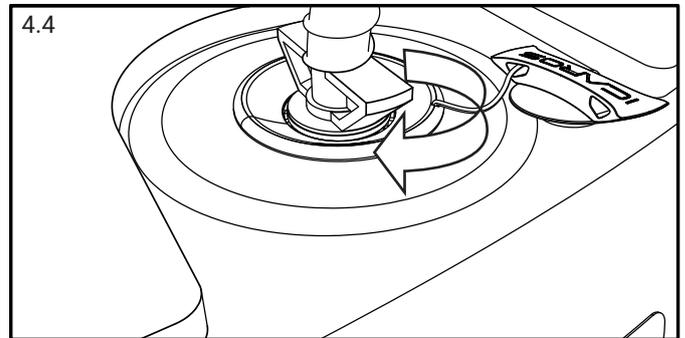
4.1
空気口の中央に、空気弁があります。



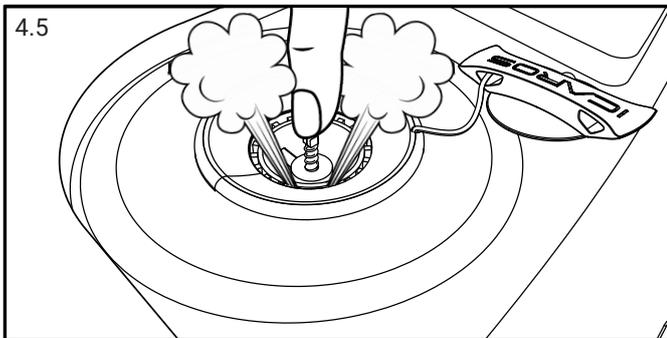
4.2
弁を捻って上に引っ張ると、弁が閉じます。



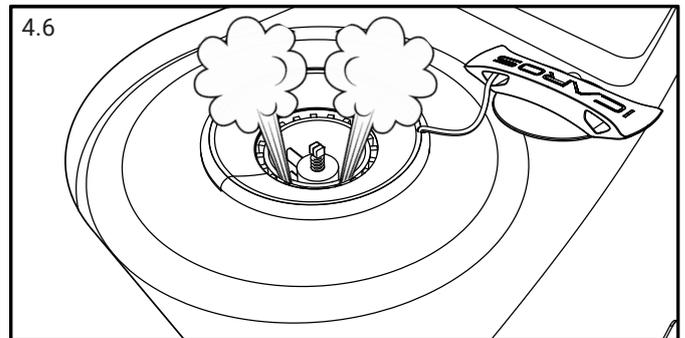
4.3
ICAROS Cloudを膨らませる場合は、4.2のように弁を引っ張ります。ホースの先端を慎重に入れ、90°回転させてロックします。



4.4
上の図が、適切にホースが取り付けられた状態です。上図を参考にしてください。ホースがうまく取り付けられない場合は、4.3を繰り返します。



4.5
ICAROS Cloudの空気を抜く場合は、弁を慎重に半押しして10秒間圧力を解放します。

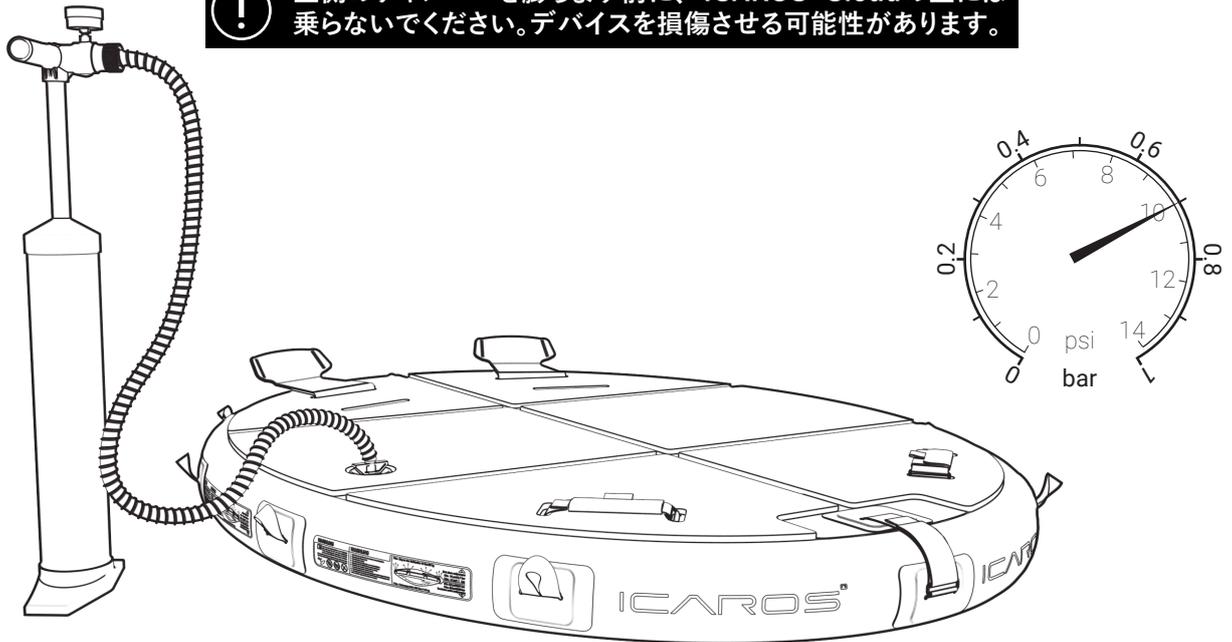


4.6
ある程度空気が抜けた後、弁を全部押し、90°回転させてロックします。ここで残りの空気を全部解放します。

5 空気注入

5.1

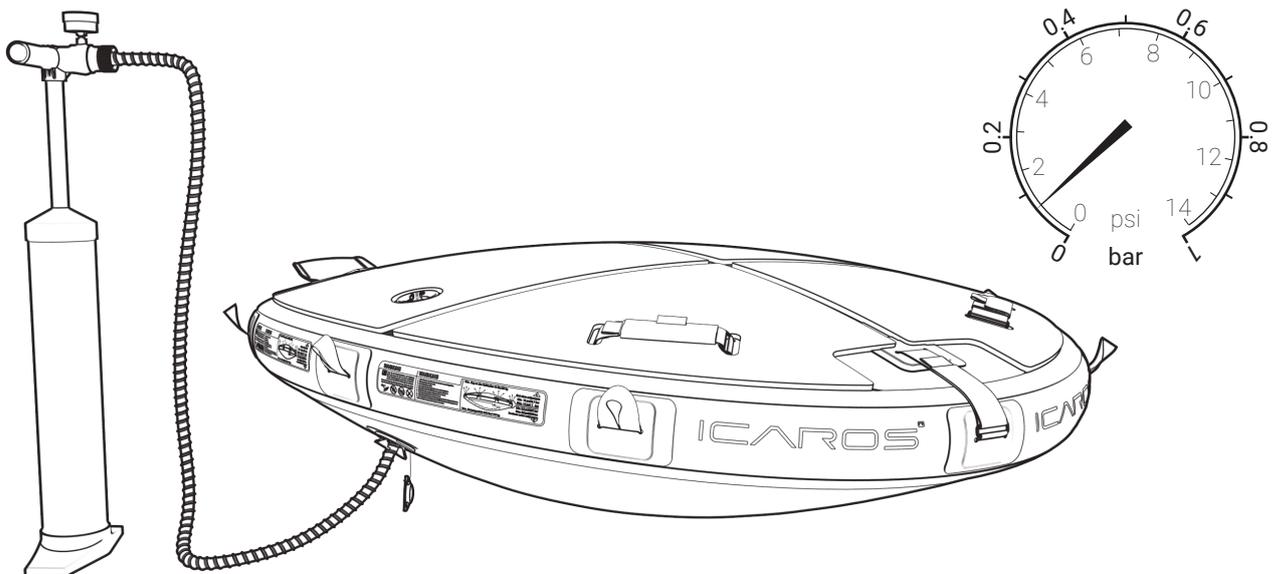
! 上側のチャンバーを膨らます前に、ICAROS Cloudの上には乗らないでください。デバイスを損傷させる可能性があります。



ICAROS Cloudを安全に空気を入れるには、まず上側のチャンバーを膨らませてください。ICAROS Cloudを床に広げてください。上側のチャンバーに注入される空気圧は、最低10psi / 0.7 bar、または最大14psi / 1 barでなければなりません。理想的な圧力は、12 psi / 0.85 barです。注入後、弁の保護キャップが閉じていることを確認してください。

5.2

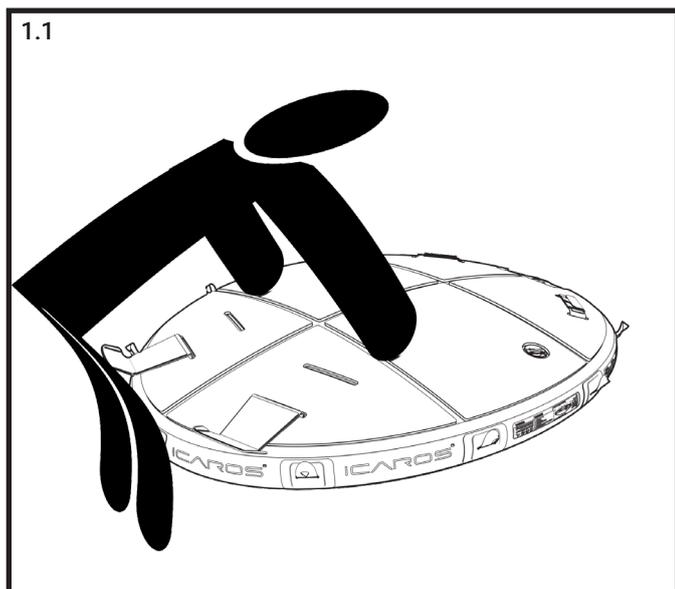
! デバイスの破損を防ぐために、ICAROS Cloudの下側に手動ポンプを使用して膨らませてください。



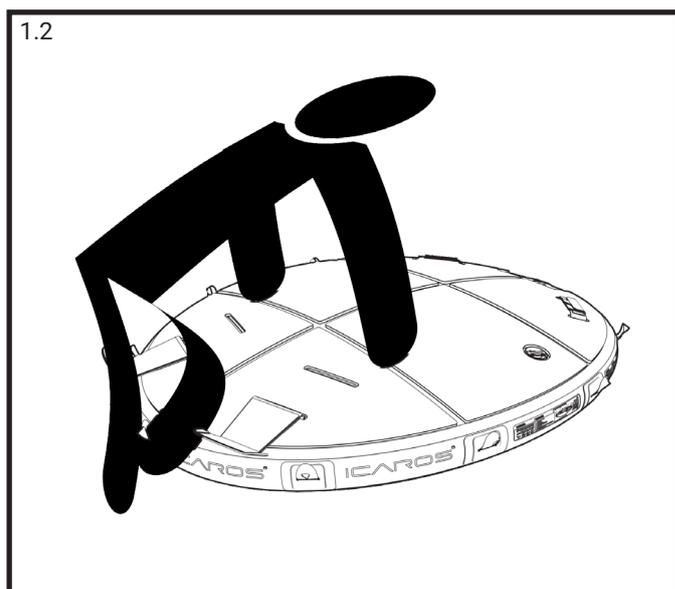
下側のチャンバーに圧送される空気圧は、最低0.2 psi / 0.01 bar、または最大 0.8 psi / 0.05 barでなければなりません。理想的な圧力は、0.5 psi / 0.03 barです。注入後、弁の保護キャップが閉じていることを確認してください。

3 取扱方法

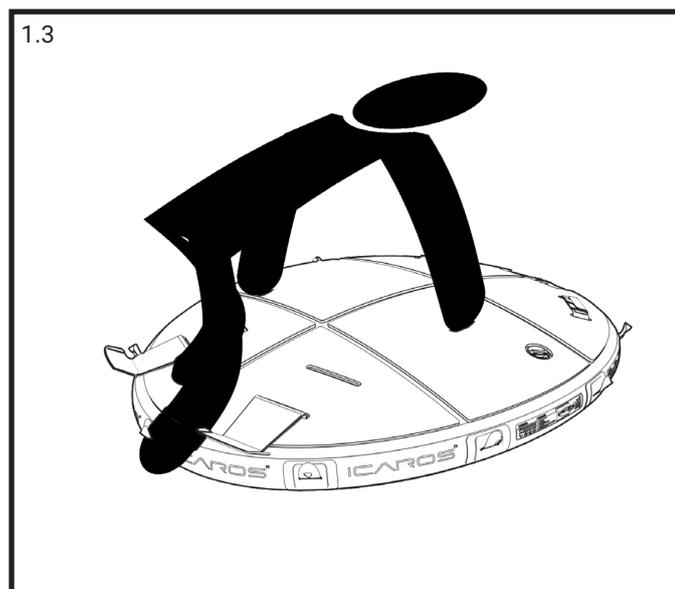
1 乗り降り



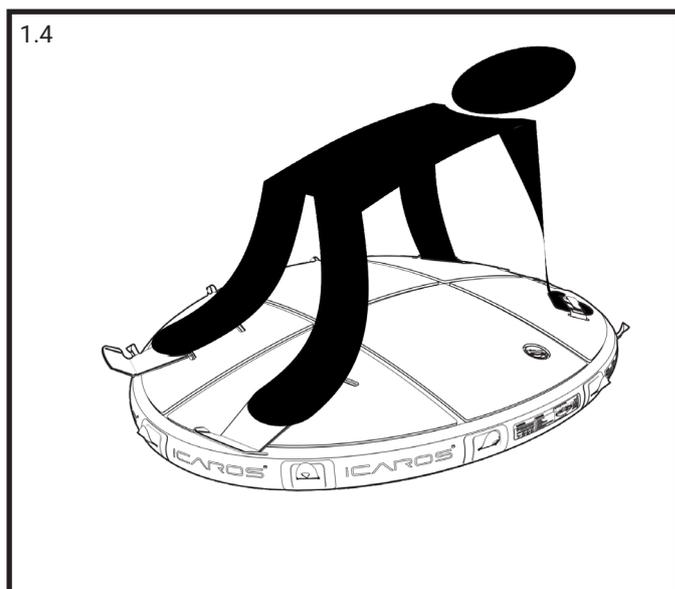
ICAROS Cloudに乗るには、デバイスの後ろに立ってください。前方に体を曲げて、手でデバイスを安定させます。



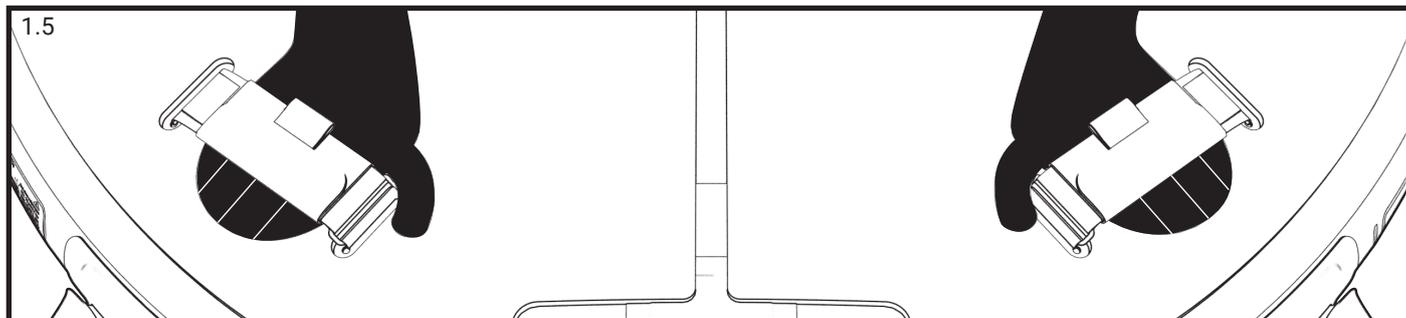
手に体重を移動し、片足を持ち上げてICAROS Cloudに膝を乗せてください。



もう片足も持ち上げて、ICAROS Cloudのハンドループまで前に進みます。



足をフットレストの上に置き、手を図1.5のように置きます。降りる際は、すべて逆の順序で行います。



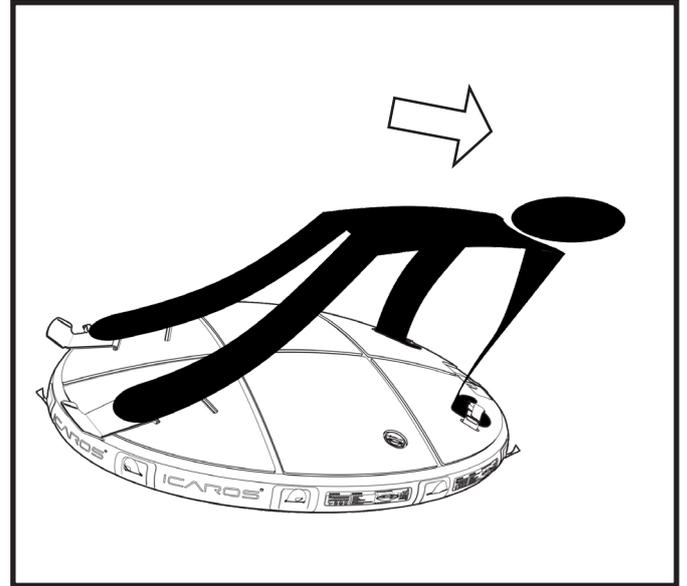
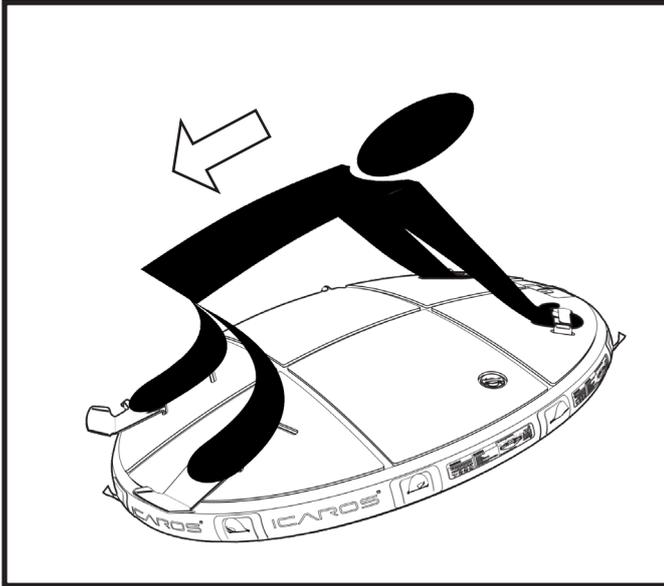
親指はループの外側に出して、手の残り部分を中心にします。ストラップがしっかりとフィットし、きつすぎず、ゆるすぎないことを確認してください。

3 取扱方法

2 2 使用方法

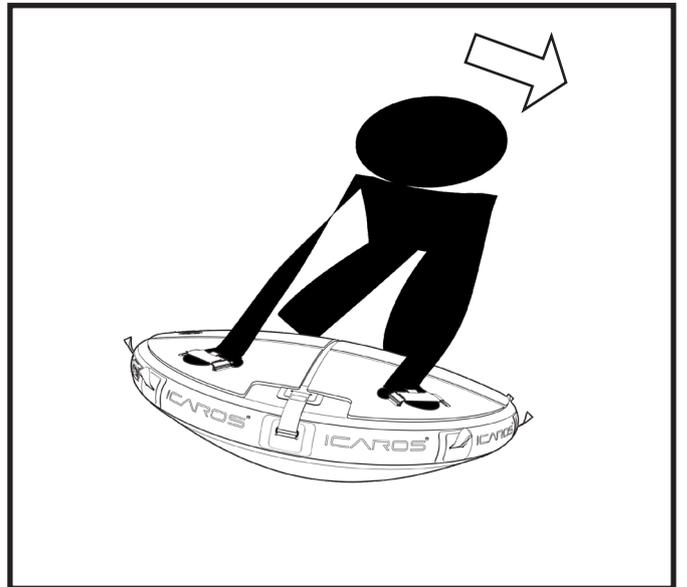
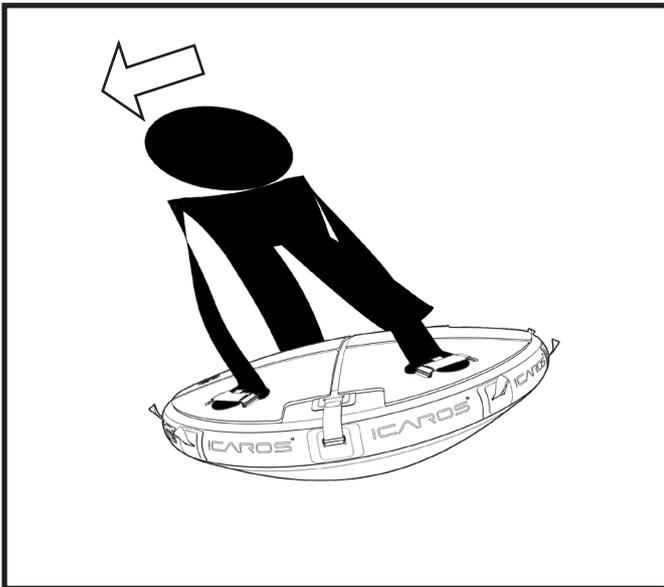
バランスをとって、重心を移動させることで、デバイスの上で、様々なポジションに動かすことができます。小さな体重移動でも、十分に傾斜運動をすることができます。怪我のリスクを減らすために、非常に速い動きやギクシャクした動きは避けてください。

前と後



重心を前・後に移動して、ICAROS Cloudを前後の方向に転がします。その際、背中が真っ直ぐになっているか確認してください。

左と右

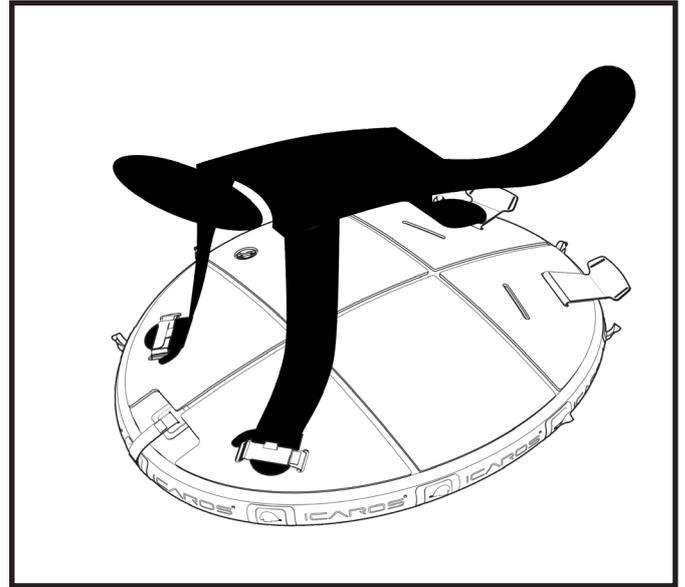


重心をICAROS Cloudの側面に移動させて左右に転がします。バランスを保つと筋肉が活性化します。

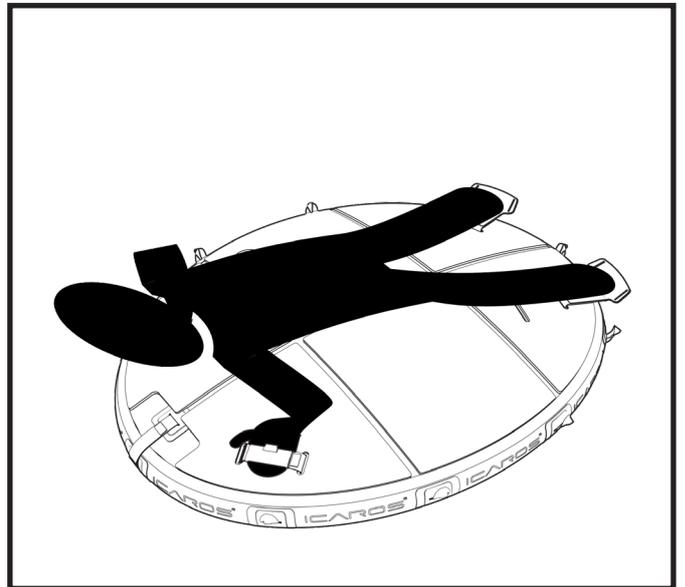
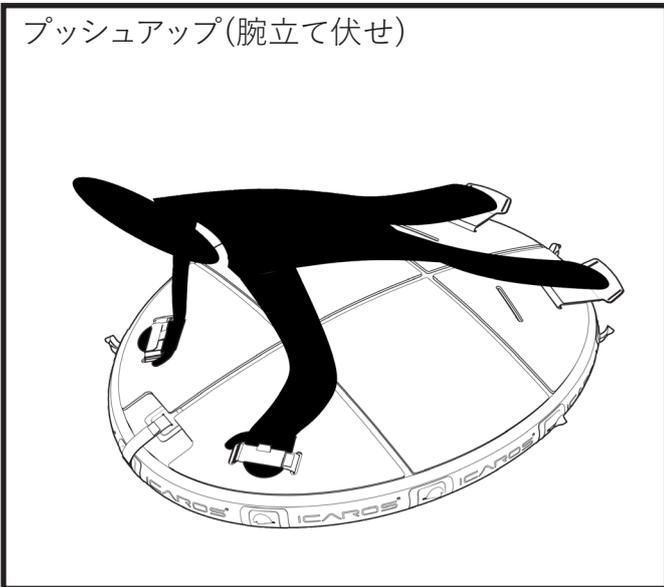
3 取扱方法

3 エクササイズ

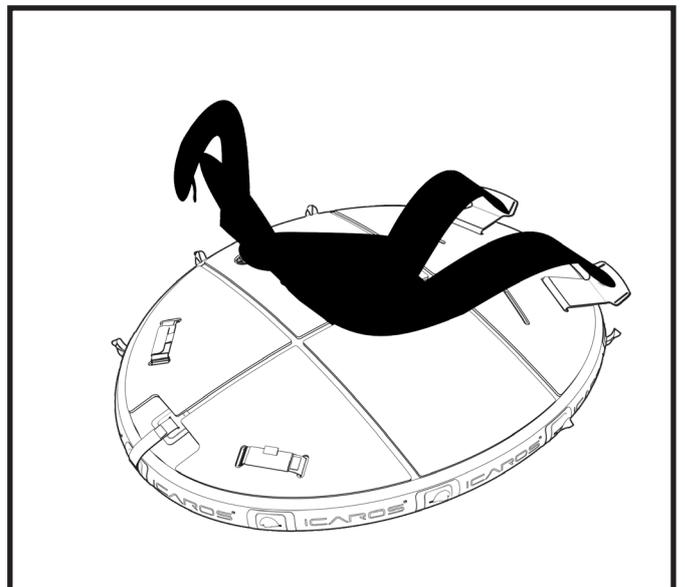
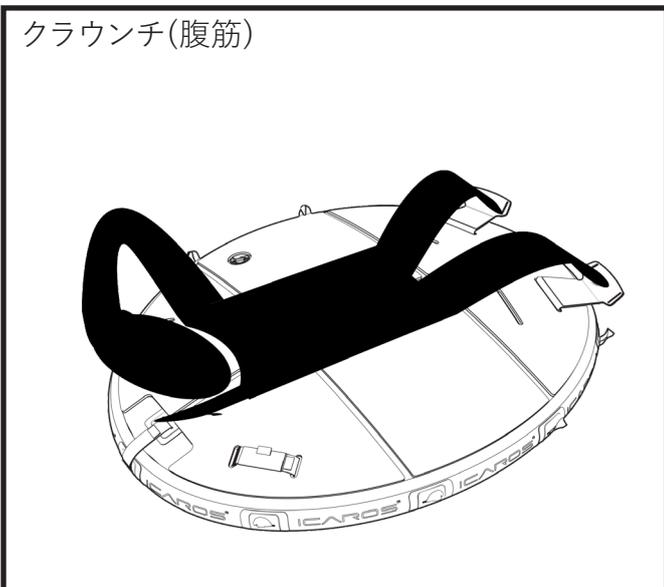
ドンキー・キック



プッシュアップ(腕立て伏せ)

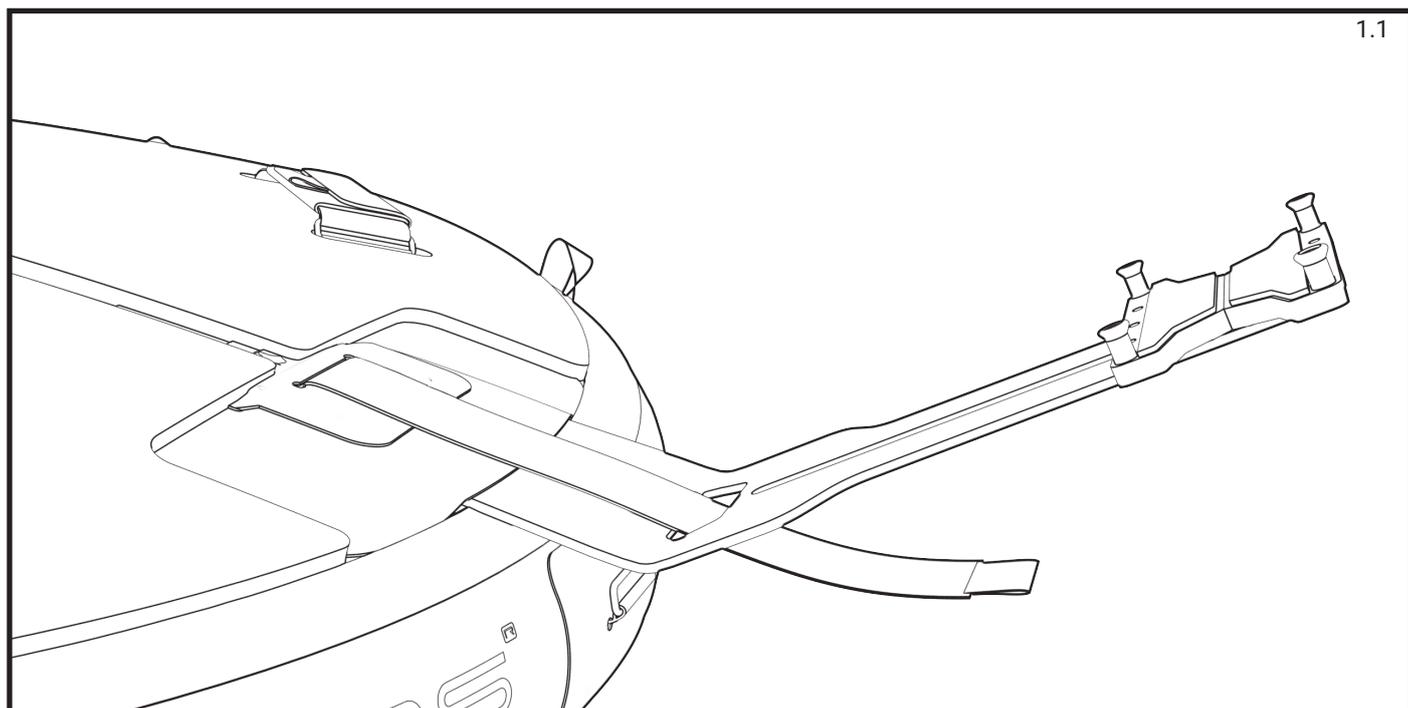


クラウンチ(腹筋)

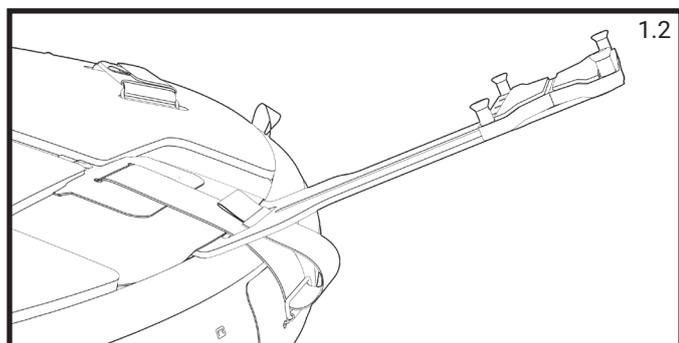


4 タブレットホルダー

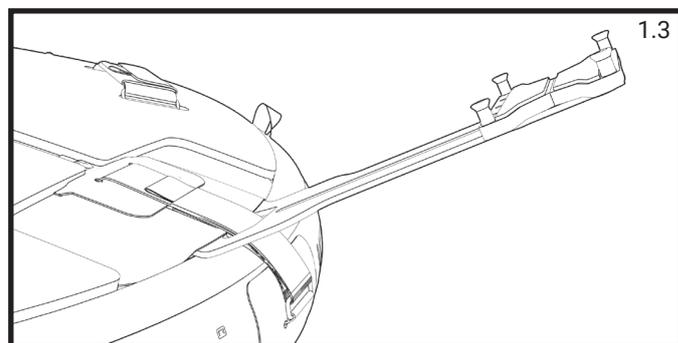
1 タブレットホルダーの取付方法



ハンドループの前中央のポケットに、タブレットホルダーを丁寧にに入れて、中まで押し込んでください。その際に力を入れしないでください、ポケットが破損する可能性があります。



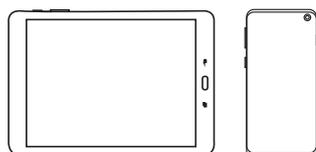
マジックテープを金属の輪っかに通してから、タブレットホルダーに通してください。



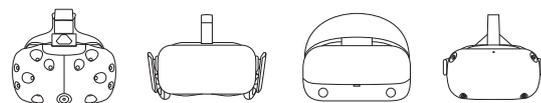
タブレットホルダーが抜けないように、マジックテープでしっかり張り付けてください。

2 対応デバイス

ICAROSの体験は、デジタル機器と互換性があります。ユーザーがバランスを崩さずにエクササイズを行うことができる場合のみ機器を使用してください。機器はバランスを維持することを、より困難にします。



Android & IOS
デバイス



対応VRヘッドセット

安全に関する警告

ICAROS エキスパンダー は、ICAROS Cloudの補完製品です。ゴムロープは、DIN 32935の規格に従って、テストされています。

使用に当たっては、製品および取扱説明書に記載されているICAROS Cloudのすべての警告および指示を遵守してください。

エキスパンダーを指定の伸張長さ、または最大伸張力の範囲内でご利用ください。

意図された方法でのみ、エキスパンダーを使用してください。

エキスパンダーはICAROS Cloudにのみ取り付け、ドアや窓などの他のオブジェクトや構造物には取り付けないようにしてください。ICAROS Cloud以外に取り付けた場合、怪我をする危険性が非常に高くなります。

エキスパンダーを日光や鋭利なものから保護してください。

洗剤は、ICAROS エキスパンダーを損傷させる可能性があるため、使用しないでください。

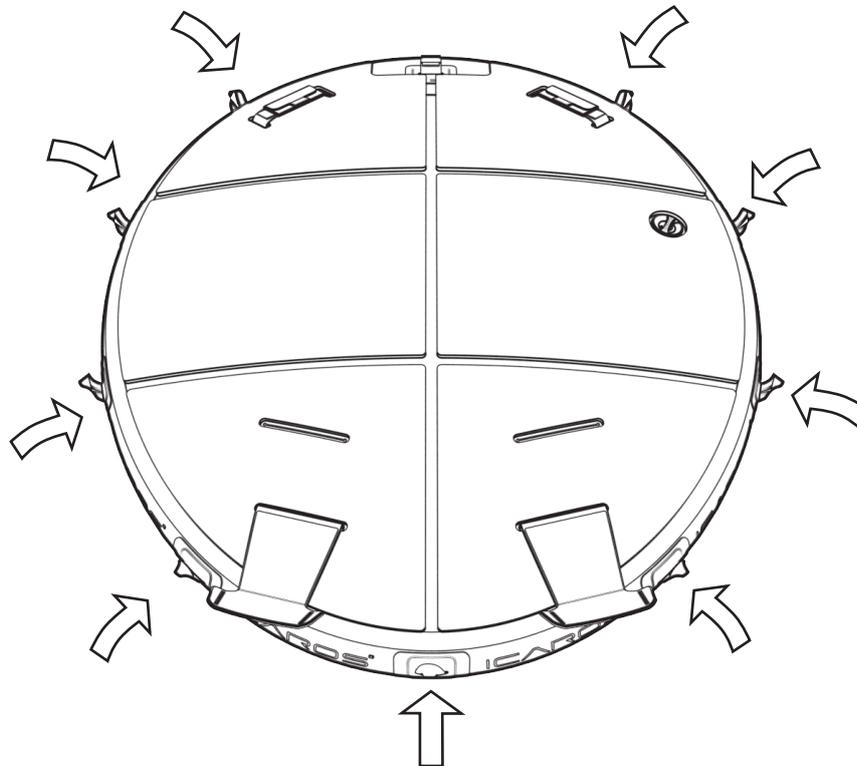
ICAROS エキスパンダーが破損した場合は、破損が修復されるまで再使用してはいけません。安全に使用できなくなります。カスタマーサポート (info@icaros.com) にご連絡してください。

ICAROSエキスパンダーが適切に機能するか確認するため、製品に損傷がないか毎回使用前に確認してください。もし問題がある際は、使用しないでください

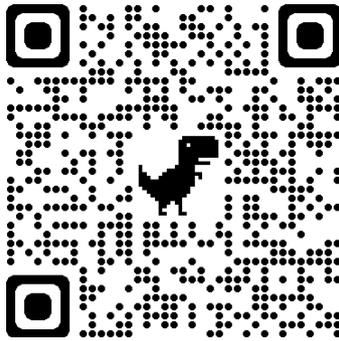
仕様

„5kg“	最大伸張長さ 540 cm	最大荷重 108 N
-------	---------------	------------

Usage



エキスパンダーを上記示されたループに取り付けてください。



ナイス株式会社
大阪市天王寺区寺田町2-8-40

サポートに関するお問い合わせ
TEL: 090-2223-1960

ICAROS 本社

Fraunhoferstr. 5
82152 Martinsried, Germany
+49 89 4141821 - 33
info@icaros.com

www.icaros.com
www.facebook.com/icarosflight