

Cardio-Tramp[®]

有氧彈跳網



請詳閱有關您新購Merrithew[®] 設備的組裝、安全及保固等重要資訊，並妥善保存本手冊，以供日後查閱。

重要事項!

本手冊包含重要的組裝、安全及保固資訊。

請於使用本設備前詳加閱讀，並妥善保存以供日後參考。

若未閱讀並遵守所有規範與警告，可能導致設備使用不當或不安全，進而造成嚴重傷害。

在使用本設備時，無法預測所有可能發生的情況。對於無法預見或避免之情況下的設備安全使用，Merrithew 不作任何保證或聲明。

在開始組裝前，請務必完整閱讀本說明。

Merrithew 建議您謹慎進行組裝與使用，並祝您享有長時間安全且有效的運動體驗。

保養與清潔

日常清潔時，請以溫水搭配溫和清潔劑擦拭表面，並以清水沖洗乾淨。請確保清潔劑不會留下油性殘留物，以免造成表面濕滑。

注意：不建議使用化學性清潔產品。

使用者指南

在正確使用下，皮拉提斯設備可安全且有效地進行多種訓練。然而，所有運動設備皆存在一定風險，使用時務必保持謹慎並注意安全。

對於缺乏經驗或初次使用者，本設備應在受過專業訓練的人員監督下使用。

請確保您本人及您的客戶或患者，皆已接受正確且安全使用本設備的專業指導。

本手冊提供設備安裝與使用的基本指引。為協助您充分發揮本設備效能，Merrithew 提供教學 DVD 與操作手冊，並透過企業據點、授權中心及合作培訓中心提供個人化訓練服務。欲了解更多資訊，請造訪

merrithew.com。

機械安全檢查

妥善維護並及時更換設備或其零組件為使用者之責任。請每週定期檢查您的皮拉提斯塑身機 (Reformer)，並參閱使用者手冊以獲取更多資訊。

- ▶ 請確認 Cardio-Tramp 有氧彈跳網已透過木製站立平台下方的星形旋鈕確實鎖緊固定。
- ▶ 請確認 Cardio-Tramp 有氧彈跳網四邊的魔鬼氈皆已完全黏合固定。

若未執行建議之安全檢查，或使用調整不當、損壞或磨損之零件設備，可能導致嚴重人身傷害。



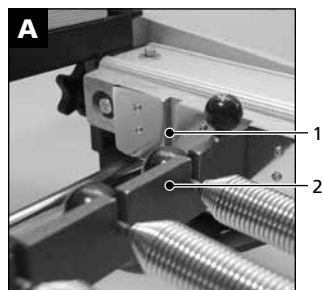
注意： 不當使用運動設備可能導致嚴重人身傷害。
降低風險，請詳閱以下內容：

- ▶ 在開始任何運動計畫前，請先諮詢醫師。若出現胸痛、暈眩、呼吸困難或任何不適，請立即停止運動。
 - ▶ 若設備出現磨損、斷裂或損壞情形，請勿使用。未先聯繫 Merrithew 前，請勿自行嘗試維修設備。
 - ▶ 請使身體、衣物及頭髮遠離所有活動零件。
 - ▶ 未經成人監督，請勿讓兒童使用或靠近本設備。
 - ▶ 請確認設備已依您的體型及能力程度妥善調整。
 - ▶ 本設備僅限用於指定之運動用途。
 - ▶ 為確保最佳使用效果，請於 Merrithew 皮拉提斯塑身機兩側各保留至少 60 公分 (2 呎) 的淨空空間。
- 渾戶o 说吨蠕蚋鹹洱恠禡旆隴*
 貌嗒o 婕庵值倭鯽臙漉𠂔ü 儲癢餘𠂔譜浼瞞督舛浚晰𠂔几[±]
 跽玕收婚晰𠂔 挿𠂔俊俚驚韓*
 醅肝儲癢 Merrithew 譜浼ü 屹規穰憑晰𠂔 挿憑瞭岫損挿擇
 腋頰苻禡推吨砒雪驚韓ü 鏈嘆[±] 纒鏈晰𠂔 挿訖酉柏譜浼俚殂
 懶擦伶鈴跽*

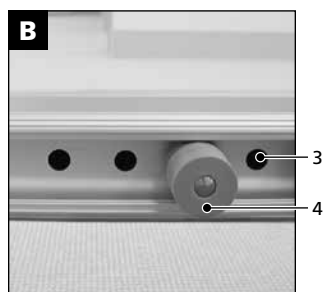
Cardio-Tramp®

- 1 核心床腳桿槽 [圖A]
- 2 齒輪桿 [圖A]
- 3 滑墊擋板位置 [圖B]
- 4 滑墊擋板 [圖B]
- 5 Cardio-Tramp有氣彈跳網表面
- 6 拉繩
- 7 金屬框架
- 8 木製站立板
- 9 腳踏桿調整搖籃
- 10 星形旋鈕

圖示於SPX® 皮拉提斯塑身機



齒輪桿與彈簧



滑墊擋板系統



Cardio-Tramp受以下一項或多項專利及 / 或專利申請保護：美國專利第 7,806,805 B2 號；美國專利第 7,179,207 號；美國專利第 7,771,328 號；美國專利第 8,137,247 號；美國專利第 8,562,492 B2 號；歐洲專利第 1,583,590 號（歐洲專利局，涵蓋英國、義大利及西班牙）；歐洲專利第 2,353,662 B1 號（歐洲專利局，涵蓋瑞士、德國、西班牙、芬蘭、法國、英國、義大利及荷蘭）；德國專利第 202004021788 U1 號；德國專利第 202004021808 U1 號；中國專利第 1816372 B 號；美國專利申請第 14/035473 號。

插入 Cardio-Tramp 以供使用



1. 將擺動臂調整至支架第 4 段位置，以降低腳踏桿。



2. 將 Cardio-Tramp 有氧彈跳網的支撐桿完全滑入木製站立平台的插槽中。



3. 旋緊星形旋鈕，並確認 Cardio-Tramp 有氧彈跳網已穩固安裝到位。



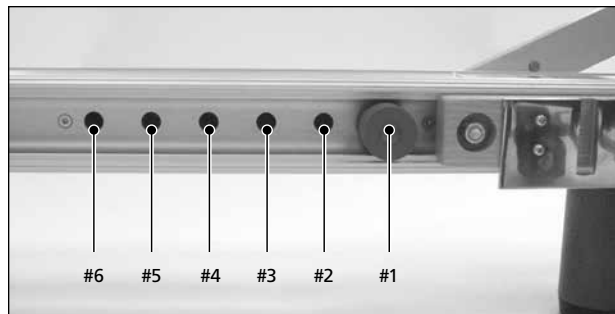
4. 將滑墊擋板調整至第 1 段位置（最靠近木製站立平台）。



5. 將齒輪桿調整至第 1 段位置。

使用 Cardio-Tramp 前的準備

停止！ 在使用 Cardio-Tramp 有氧彈跳網之前，請確認皮拉提斯塑身機的滑墊擋板已插入第 1 段位置，且至少有一條彈簧已穩固掛接於齒輪桿上。



有關初步組裝說明與零件識別，請參閱本手冊中的組裝章節。

- ▶ 若滑墊擋板未穩固設於第1段位置，切勿使用 Cardio-Tramp 有氧彈跳網。
- ▶ 務必確認星形旋鈕已完全旋緊。
- ▶ 請謹慎控制滑墊的回彈，避免以過大力量撞擊滑墊擋板。
- ▶ 著地時，請務必將雙腳落於 Cardio-Tramp 有氧彈跳網表面，切勿踩踏拉繩。
- ▶ 請確保皮拉提斯塑身機具有足夠的彈簧張力，以支撐動作過程中的軀幹穩定。
- ▶ 建議使用不超過三條 100% 強度的彈簧。
- ▶ 使用 Cardio-Tramp 有氧彈跳網時，請避免穿著鞋類。
- ▶ 請檢查彈跳表面、魔鬼氈及織帶是否有磨損情況，並依需要進行更換。若 Cardio-Tramp 有氧彈跳網出現任何磨損或損壞，請勿使用。

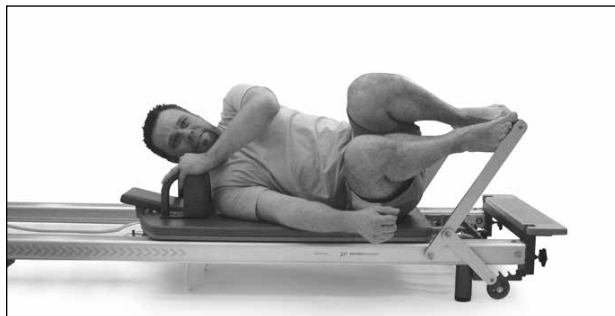
以仰臥姿勢（平躺）進入皮拉提斯塑身機



1. 坐在皮拉提斯塑身機的滑動平台上，雙腿併攏置於一側。



2. 將最靠近腳踏桿的手橫跨身體，放置於肩墊上。



3. 抬起雙腿並將雙腳置於腳踏桿上，雙臂自然垂放於身體兩側。



4. 將另一側肩膀收至手臂下方，順勢翻轉至仰臥姿勢，並將頭部放置於頭墊上。

保固服務

Merrithew® 保證所有新設備於工藝與材料上均無製造缺陷，並受以下條款與條件約束。本保固自原始購買之發票日期起生效。依本保固條款維修或更換之零件，其保固期限為原始保固期之剩餘期間。

購買者有責任於聯絡資訊變更時通知 Merrithew，以確保在極少數需要進行產品更換或發布安全通知之情況下，我們能即時與您取得聯繫。

本保固僅適用於設備本身，且需符合以下條件：

- ▶ 設備須仍由原始購買者持有，並能提供有效購買證明。
- ▶ 須於各零件適用之保固期限內提出申請。
- ▶ 已按 Merrithew 之要求完成所有必要升級作業。

若發生以下情況，本保固將失效：

- ▶ 設備故障係因不當組裝、安裝或維護所導致。
- ▶ 設備被用於非預定用途，或存放 / 使用於戶外環境，或處於缺乏適當溫度與濕度控制的環境中。
- ▶ 設備曾遭受意外、誤用、濫用、不當維修，或任何未經 Merrithew 授權之改裝或變更。

本保固不涵蓋任何設備表面塗裝或外觀飾面之損壞，亦不包括運費、清關費用（若適用），或因安裝依本保固條款寄送之維修 / 更換零件所產生之任何費用。

兩（2）年有限保固

對於除軟墊以外之所有零組件，若因任何原因發生故障，且於原始購買發票日期起兩（2）年內向 Merrithew 提出申報，Merrithew 得自行決定進行維修或更換。

90 天器械包覆懸吊布保固

Cardio-Tramp 有氧彈跳網之懸吊布與拉繩，若於交付後九十（90）天內未能達到正常使用耗損表現，將予以更換。必要時可能須提供損壞證明。本保固不涵蓋切割損傷、燒燙傷、污漬、髒污、寵物造成之損壞，或任何其他不當使用所導致之損害。本保固不適用於使用研磨性、腐蝕性或化學性清潔劑清洗之懸吊布。若無法提供相同懸吊布，Merrithew 將提供等級相當之替代材料。

關於默示保固與責任的說明

於本有限保固條款下，維修或更換瑕疵零件為您之唯一救濟方式。若發生零件供應問題，Merrithew 對於因違反本有限保固或任何適用之默示保固所產生之任何衍生性或附帶性損害，概不負責。Merrithew 亦不對因天災、不當保養或維護、意外事故、改裝、由非 Merrithew 人員更換零件、誤用、運送、濫用、惡劣環境（包括惡劣天氣或天災）、不當安裝，或未依當地法規或印刷說明進行安裝所造成之故障或損壞負責。

本有限保固為 Merrithew 所提供之唯一明示保固。除本有限保固明確載明之內容外，任何出現於其他處之產品性能、規格或說明，均不構成 Merrithew 之保固承諾。任何依各州、省或地區法律所產生之默示保固保障，包括但不限於適銷性或特定用途適用性之默示保固，其有效期間均僅限於本有限保固之期限。

任何分銷商、經銷商、網路轉售商或銷售本產品之零售商，均無權提供任何額外保固，或承諾與上述條款不一致或額外之救濟方式。在任何情況下，Merrithew 之最高賠償責任均不得超過原始購買者所支付之產品購買價格。

⚠ 重要事項

請將本手冊妥善保存於安全處。

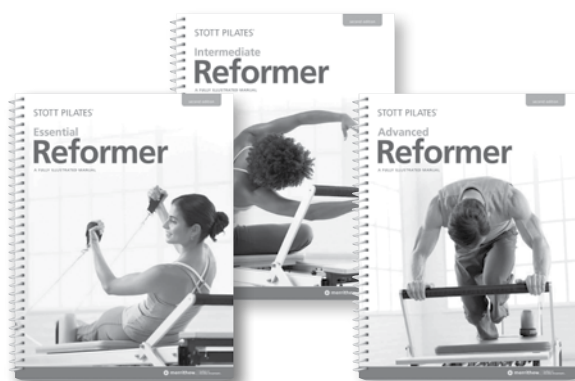
若您有任何疑問、問題或零件遺失，請勿將本裝置退回至當地零售商，請直接聯繫製造商。

customer care@merrithew.com

416.482.4050 | 1.800.910.0001 | 0800.328.5676（英國）| 分機 288



善用我們的培訓工具



培訓手冊：此三本全圖解手冊專為教練培訓計畫所開發，針對完整皮拉提斯塑身機動作內容提供逐步指導。

掛圖：尺寸為 27 吋 × 39 吋之全尺寸海報，展示 STOTT PILATES® 皮拉提斯塑身機動作內容中的各項練習。每項練習均包含動作名稱、器材配件、參考照片及建議重複次數。



教學 DVD：我們透過清晰且詳盡的前沿系列影音教材，提供幾乎無限的運動訓練挑戰。欲查看完整清單，請造訪 merrithew.com/shop/dvds



全新

 merrithewconnect.

查看Merrithew 的數位平台，
提供超過200種訓練課
merrithewconnect.com



極致發揮 Merrithew® 設備效能

作為身心運動的領導者(Leaders in Mindful Movement™)，Merrithew 致力於根據最新運動科學與研究，開發獨特且高品質的健身課程。我們標誌性的STOTT PILATES® 教育體系無可比擬，並將同樣的專業知識與熱情延伸至完整的品牌課程系列，包括 CORE™ 運動體能調理與表現訓練(Athletic Conditioning and Performance Training™)、ZEN•GA®、Total Barre® 及 Halo® Training。誠摯邀請您加入我們的全球精英健身專業社群。Merrithew課程與工作坊於全球各地開設。

請至merrithew.com/education/training查詢您附近的課程與工作坊。

聯繫我們 416.482.4050 | 1.800.910.0001 | 0800.328.5676 (英國) | 分機300

