

SLIDEfit



Slide Fit 健身滑板 使用說明書

WONDER
Core

- ◆ 請詳閱說明書，並依照指示正確使用。
- ◆ 閱讀後請妥善保管以便隨時可查詢。
- ◆ 本產品轉讓他人使用時，請務必附上說明書以確保使用安全。



Available on the
App Store

ANDROID APP ON
Google play

目 錄

安全注意事項.....	1-2
零配件明細.....	2
功能說明	3
使用方式	4-5
下載專屬App	6
收納 / 維護與保養	6

安全注意事項

- 使用前請先閱讀「安全注意事項」並正確使用。
- 請務必遵守以下所記載的各項說明。

 警告

使用本產品時，若身體不適，應立即停止使用，請向醫生諮詢後，依指示再使用。

為確保安全，每次使用前，請先檢查產品是否有損壞或磨損，特別是螺絲、固定銷及靠墊等部位。如有裂痕或損壞，應立即停止使用。

警告：不正確的使用姿勢可能會造成運動傷害。為避免運動傷害，請依照說明書指示操作。初次使用本產品，一天請勿超過30分鐘，過度鍛鍊可能會造成運動傷害。

運動中身體若有感到任何異常或不適，請立即停止使用，以免造成運動傷害。

飯後請勿使用本產品(餐後至少間隔一小時再使用)，以免產生不適。

操作本產品時，如有異音，請立即停止使用。

請勿在飲酒後或身體不適時使用本產品，以免造成意外。

請於合適的場所進行使用本產品。

本產品請置於平穩的地面上使用，以免跌倒或發生危險。

運動時請穿著合適衣物，以免受傷或發生意外。
若是長髮，使用前請先將頭髮綁好，以免運動中造成拉扯。

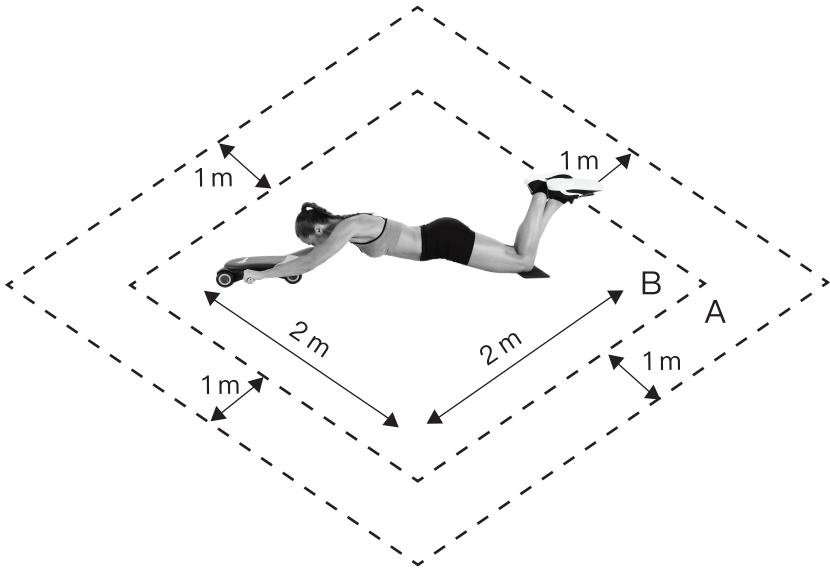
使用前請先熱身，以避免運動傷害。

請詳閱「使用方式」章節，依說明圖示來操作器材。

使用本產品時請預留運動範圍(下圖B)，並於四周預留1公尺的自由範圍(下圖A)，運動時請保持與周遭物品、人員及寵物間的安全距離。



務必確認



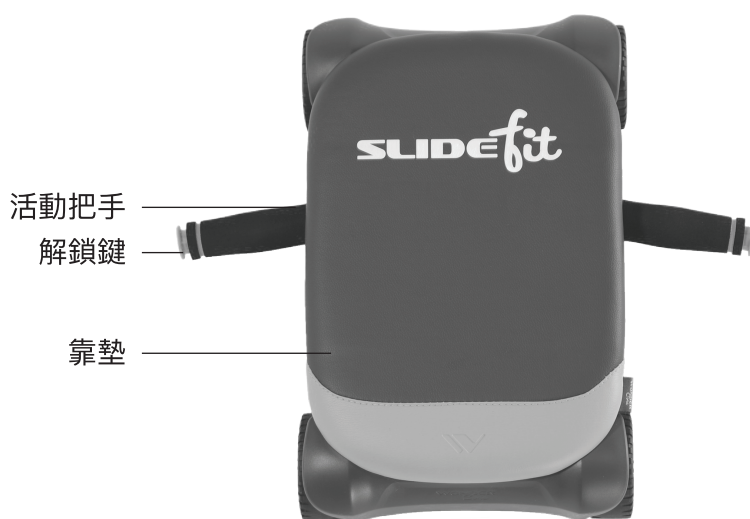


警告

兒童安全須知	如無大人在旁監督，本產品禁止兒童使用，以免造成傷害。
	產品使用時，請勿讓兒童或寵物靠近，以免造成傷害。
 請勿拆解本產品	請勿自行改裝或維修本產品，以免造成使用異常或發生意外。 若產品故障時，請聯絡客服團隊04-3707-0446。
 務必確認	展開活動把手時，請確實固定把手，減少發生意外之風險。
 禁止	請勿將本產品用於其他用途，以免造成產品倒塌、損壞或受傷。
	請勿以說明書內容未記載的方式使用本產品，以免造成受傷或意外。
	請勿兩人以上同時使用本產品，以免造成受傷或意外。
	本產品僅供家用，請勿將本產品作商業使用，以免造成受傷或意外。

零配件明細

正面



背面



跪墊

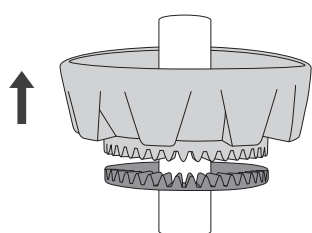


功能說明

取出Slide Fit健身滑板

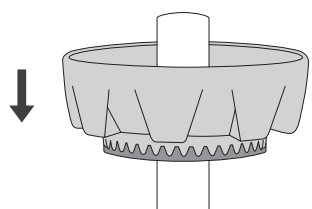


設定阻力裝置



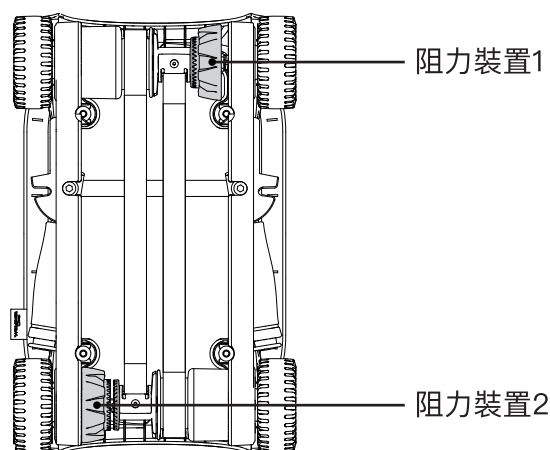
關閉阻力裝置

一手握住滾輪以固定輪軸，另一手將同側的調整齒輪向外拉並向任一方向旋轉到底，即可將齒輪從固定變成分離，此即為無阻力狀態。



開啟阻力裝置

一手握住滾輪以固定輪軸，另一手將同側的調整齒輪反向旋轉讓調整齒輪可以固定接合在阻力裝置上，此即為阻力狀態。



阻力等級 1 開啟任一邊阻力裝置。

阻力等級 2 同時開啟兩邊的阻力裝置。

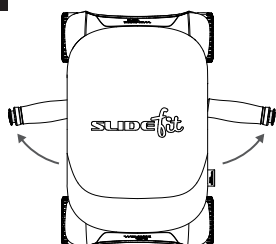
■ 有阻力模式下，單向可作最大行程距離為150 cm，
注意事項：達到最大行程後，請勿再硬推，避免零件受損。

玩家模式 同時關閉兩邊的阻力裝置。

■ 玩家模式(無阻力)下，無行程距離限制。

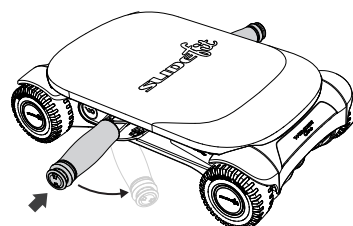
設定活動把手

展開



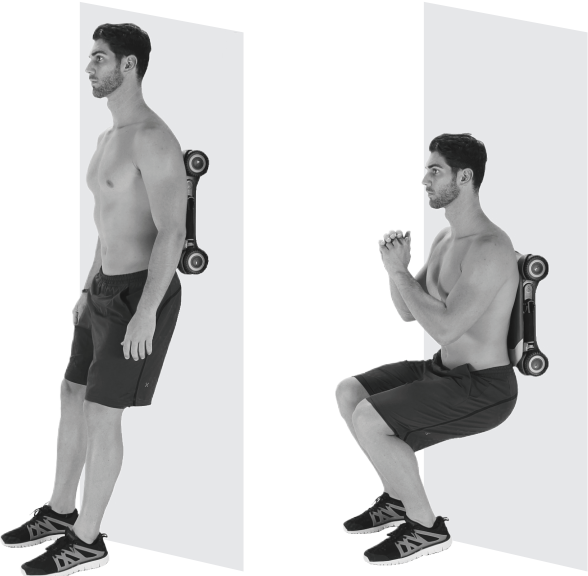
由產品兩側將活動把手向外展開，聽到“喀”一聲後即表示活動把手固定。

收折

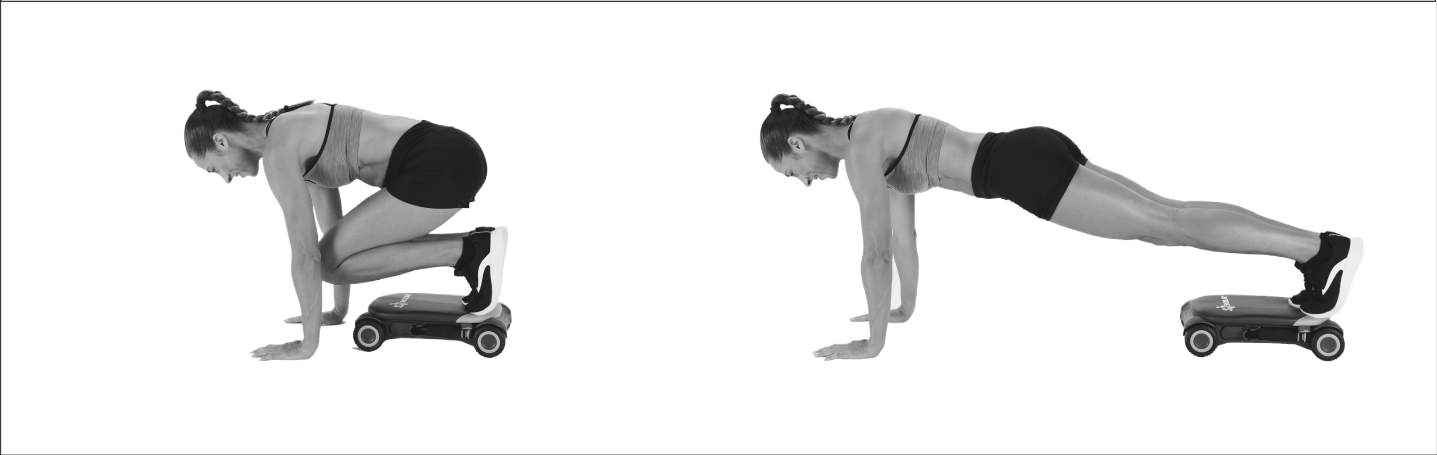


欲收折活動把手，請先按下解鎖鍵並向內折，即可完成收折。

使用方式

深蹲	後滑動弓步
	

高平板支撐捲腹



跪姿前推



- 進行此運動前，請先展開活動把手



使用方式

側滑動弓步



仰臥屈膝滑動



平板支撐捲腹



單手前推伏地挺身



下載專屬App

STEP 1 下載 Wonder Core APP

請在App Store或Google Play上搜尋”Wonder Core”
或掃描QR Code前往安裝專用App。



STEP 2 加入 Wonder Core 會員

依照APP指示加入會員，即可探索豐富
課程內容與管家式運動服務！



專屬APP



使用說明



分析報告



線上課程

收納 / 維護與保養

收納

請將產品收納在孩童無法接觸的地方。

維護與保養

維護

1. 可用中性清潔劑加水稀釋，以抹布沾濕仔細擦拭髒污，再用乾布擦乾。
2. 請勿使用鹼性清潔劑、稀釋溶劑、揮發油等溶劑。

保養 / 檢查

1. 避免高溫、潮濕或陽光直射，請放置於通風良好之乾淨場所。
2. 若一段時間未使用，運動前請務必確認注意事項及本產品為正常狀態再使用。
3. 不慎弄濕本產品時，為避免打滑，請以乾布擦乾後使用。
4. 發生故障、異常或任何操作問題，請與本公司聯繫。

產品汰舊處理

因各國回收處理管理條例不同，請查閱相關處置法規。

SLIDEfit

規 格

型號	Slide Fit SF-31
尺寸(長x寬x高)	把手收折模式：43.7x28x12 cm 把手展開模式：43.7x49.3x12 cm
重量	約3.8 kg
材質	鋼、塑膠(ABS – PP – Foam)
最大使用者載重	120 kg
委製商/進口商	萬達康股份有限公司
製造地	台灣專利授權，中國大陸製造
聯絡地址	407 台中市西屯區朝富路213號32F
客服電話	04-3707-0446
E-mail	support@wondercore.com
Website	www.wondercore.tw

WONDER
Core

WONDER CORE CO., LTD.
32F., No. 213, Chaofu Rd.,
Xitun Dist., Taichung City
407, Taiwan (R.O.C.)