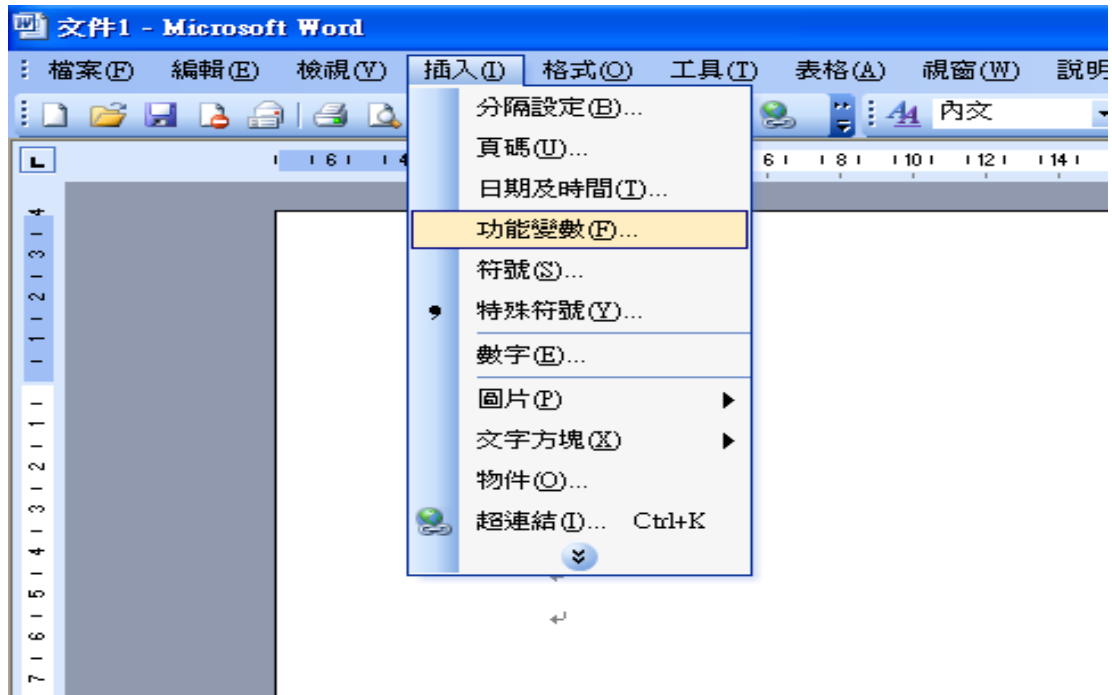
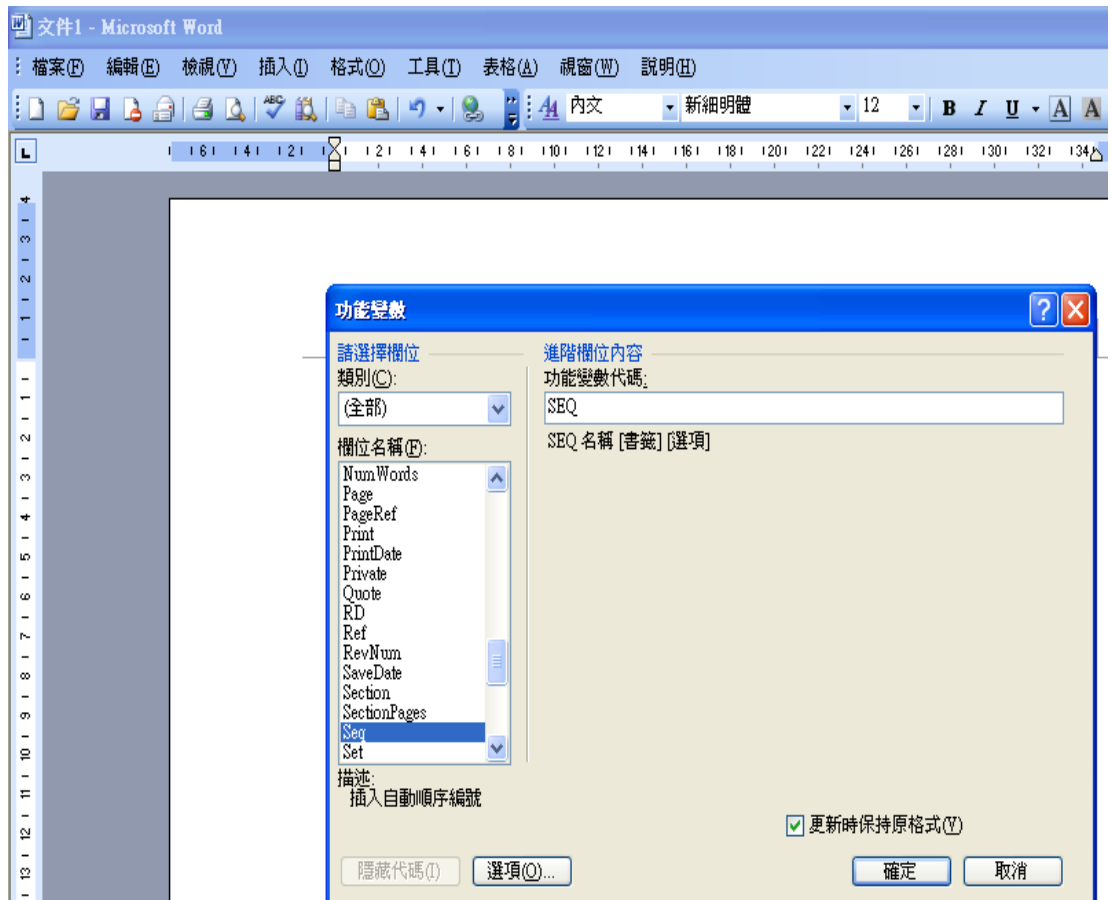


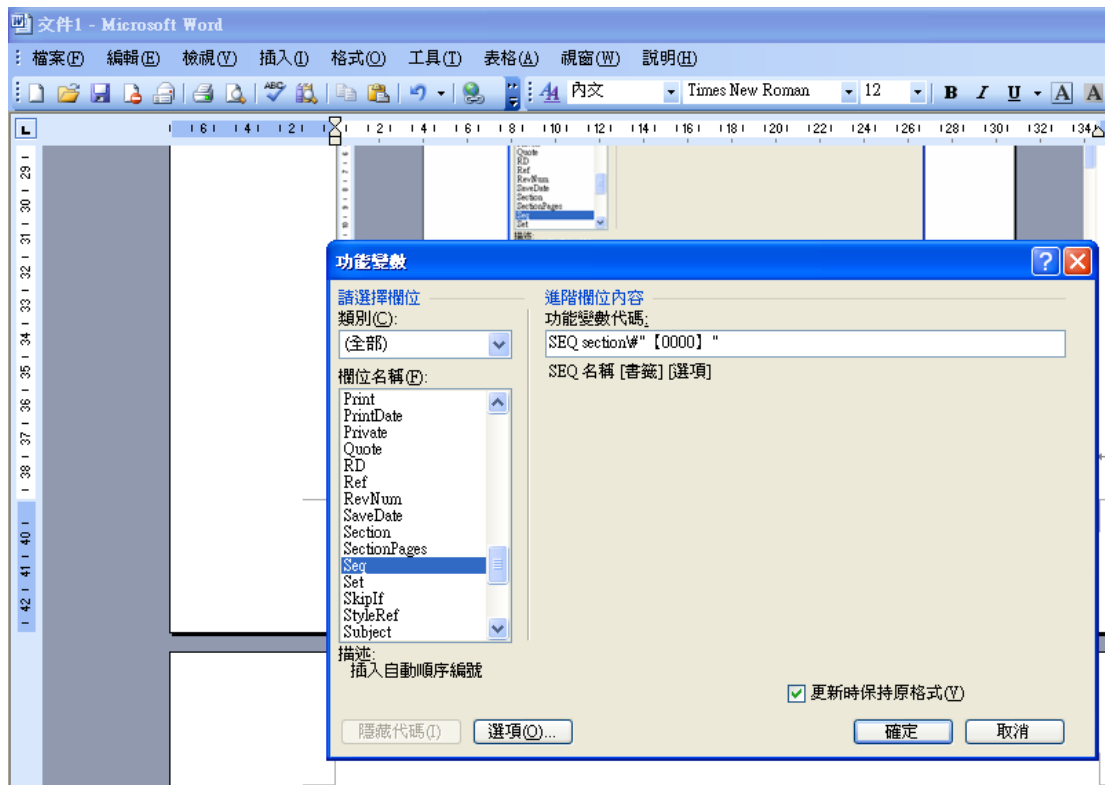
1. 點選功能變數



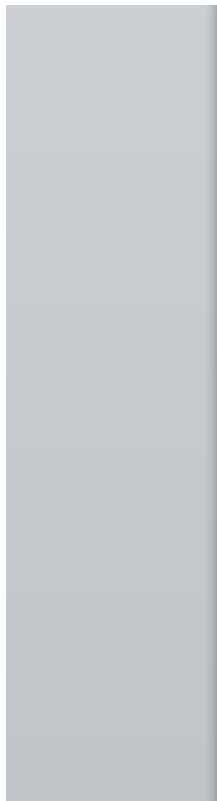
2. 選擇 Seq



3.輸入 section\#"【0000】"，之後按確定



5.獲得一個【0001】段落編號



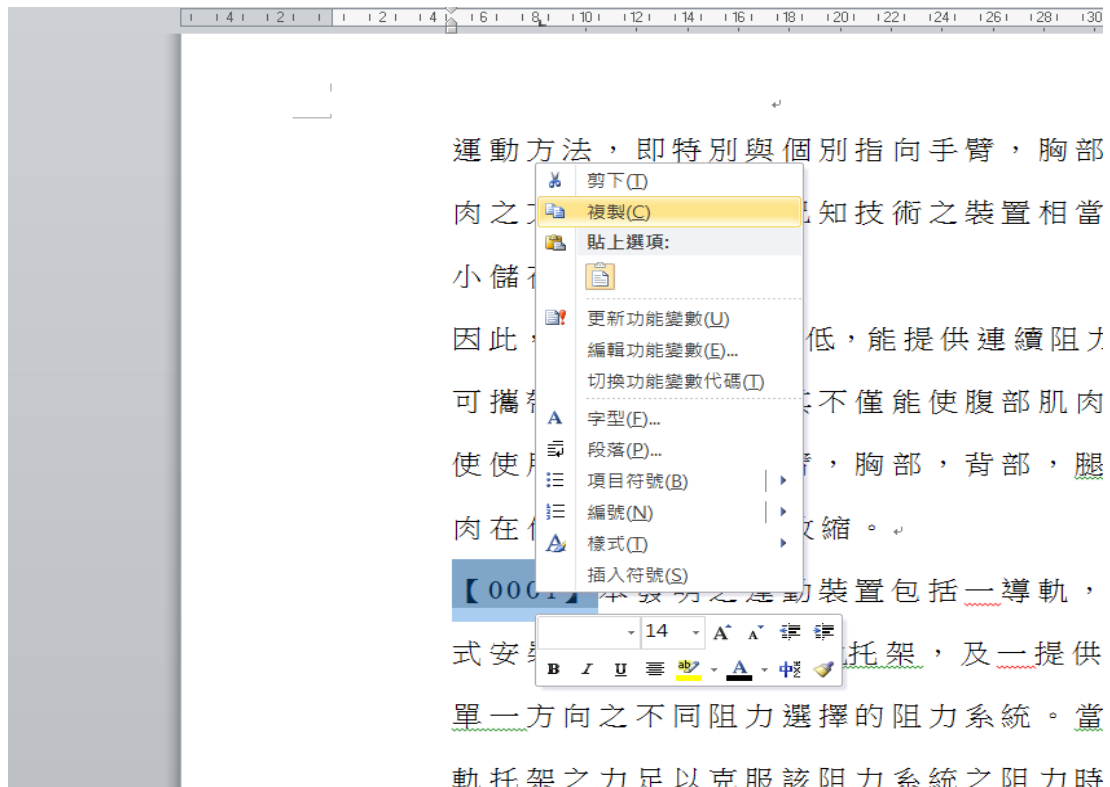
內之刀公，取後，欲以和以側之衣且怕面全

小儲存區儲存。

因此，需要發展一成本低，能提供連續阻力並可攜帶之運動裝置，其不僅能使腹部肌肉收使使用者之肩部，手臂，胸部，背部，腿部肉在任何體能狀況下收縮。

【0001】本發明之運動裝置包括一導軌，一式安裝在該導軌上之導軌托架，及一提供該單一方向之不同阻力選擇的阻力系統。當加

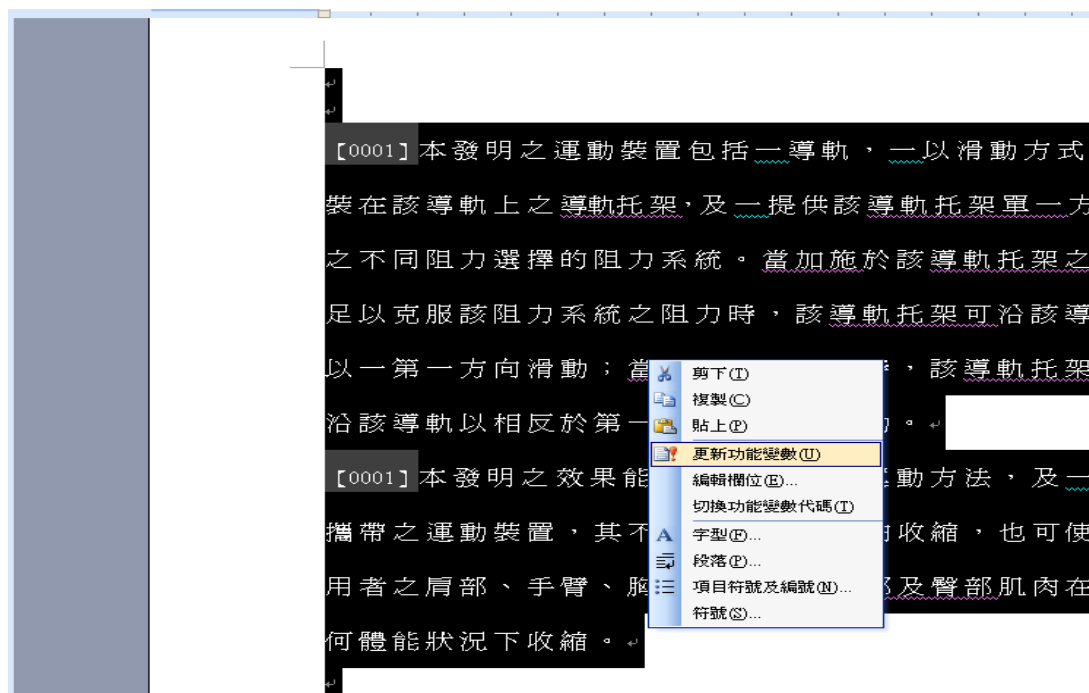
6.複製剛剛取得的【0001】



7.將【0001】貼在每一段落前方



8.將文件全選後按滑鼠右鍵選擇更新功能變數



9.所有段落都變更完成

