

バンド付き フィットネスバイク

取扱説明書

組立て動画





#### ■ はじめに

この取扱説明書は大切に保管してください。この度は「バンド付きフィットネスバイク」をお買い上げいただき誠にありが とうございます。安全に正しくお使いいただくために、ご使用前にこの取扱説明書を必ずお読みください。

#### 安全上の注意事項

- 1. 取扱説明書をよくお読みいただき、内容を十分に理解された上でご使用ください。安全にご使用いただくために、本製品を組立てる際は取扱説明書に沿って組立て、本書に記載されている内容を守り、自己責任のもとでトレーニングを行ってください。本書記載の項目および注意事項を厳守されずにご使用されて生じた、いかなる事故につきましても、弊社としては一切の責任を負いかねますのであらかじめご了承ください。
- 2. 安全のため、定期的に本製品の点検を行い、摩耗や損傷がないかご確認ください。
- 3. 安全のため、取扱説明書の指示内容を守ってご使用ください。本製品の「組立て時」および「点検時」に、部品に異常が見つかった場合や、ご使用中に製品から異音が聞こえたら、直ちに使用を中断してください。これら異常について修理、改善されるまではご使用をお控えください。
- 4. 安全のため、16歳以下のお子様は使用をお控えください。事故に繋がる恐れがあります。

#### 組立て前の注意事項

- 1. 本製品をご使用になる前に、次に該当する場合は、使用前に必ず医師にご相談ください。 医師の治療を受けている方、健康状態に異常を感じている方、安全に使用するのに支障をきたす可能性のある健康状態の方、心拍数、血圧、コレステロール値に影響する投薬を受けている方は、使用に影響がないかを、必ず医師にご確認ください。
- 2. 次のような症状が出た場合は、運動を中止してください。
  - (身体の痛み、胸部の圧迫感、動悸、息切れ、めまい、吐き気)
  - 上記の症状が現れた場合は、トレーニングを中止し、医師にご相談ください。
- 3. 小さなお子様やペットのいる場所でのトレーニングはお避けください。本製品は大人の方がご使用いただけるよう設計されています。
- 4. 本製品の耐荷重は、約150kgですが、前後左右に対しては不安定です。引っ張ったり押したりすると簡単に倒れますのでご注意ください。
- 5. 本製品の使用は健康な方を対象としています。治療目的としてのご使用には適しません。

#### 組立て時の注意事項

- 1. 設置の際は十分な場所を確保し、製品本体から少なくとも 50cm の可動域が確保できる、水平な床の上に置くようにしてください。また、マットを敷くなどして、床や既存の家具に傷がつかないようご注意ください。
- 2. 本製品を持ち上げたり移動させる場合は、腰痛を引き起こす原因となる場合がありますので、重量物を取り扱う際の適切な姿勢や動作をして、腰に負担がかからないよう十分ご注意ください。
- 3. ご自分で修理や改造を絶対に行わないでください。付属部品を外した状態でのご使用も、重大な事故の発生に繋がる恐れがあります。絶対におやめください。
- 4. 本製品組立て中、手や指を挟むことのないよう注意しながら、組立て作業を行うようにしてください。大人の方であっても、組立て作業は可能であればお二人で行っていただくようお願いします。工具を使用する際は、怪我には十分にお気を付けください。

#### 使用中の注意事項

- 1. 本製品への巻き込みを防ぐため、運動中は身体のサイズに合った運動着を着用してください。ゆったりと余裕のありすぎる衣服は、ご使用時に本製品に巻き込まれる危険性がありますので、避けてください。ご使用開始時間は、ゆっくりとした回転から始めてください。
- 2. 本製品を使用する際には、必ずストレッチ運動を行いウォームアップしてください。
- 3. ご使用前には毎回、サドルやハンドルなど各部品がしっかり固定されているか、必ずご確認ください。部品に緩みがあると、怪我や異音発生の原因となります。
- 4. ペダルは、ボルトが緩んでいる場合、ご使用中にパーツが外れることがあり、重大な事故を引き起こす恐れがあります。
- 5. 本製品の連続使用時間は130分です。130分以上の連続使用はお控えください。
- 6. 立ち上がっての走行や、本体が左右に大きく揺れるような走行はお控えください。本体の故障や怪我の原因となります。

#### ■ 製品の仕様について

長さ	約93-121cm
幅	約49cm
サドル-ペダル間	約70-79cm
サドル高	約61-82cm
ハンドル高	約96-115cm
サドル-ハンドル間	約63-82cm
サドルの高さ調節	7段階
耐荷重	約150kg



#### ■負荷調節について

負荷は16段階に調節できます。負荷調節ノブを左に回すと負荷が軽く、右に回すと負荷が重くなります。ご自身の体力に合わせて負荷を調節してください。※表示モニターのカロリー計算は「負荷8」を基準に計算しております。



#### ▮お手入れの方法について

長く本製品を愛用いただくためにも、日々のお手入れを心がけてください。

#### 本体:

汚れやほこりは、乾いた柔らかい布などで拭き取ってください。汚れが落ちない場合は、中性洗剤を薄めて拭き取ります。汗が付着したままの状態が続くと錆の原因になります。使用後はペダル部分を含め、汗がかかった場合は拭き取るようにしてください。

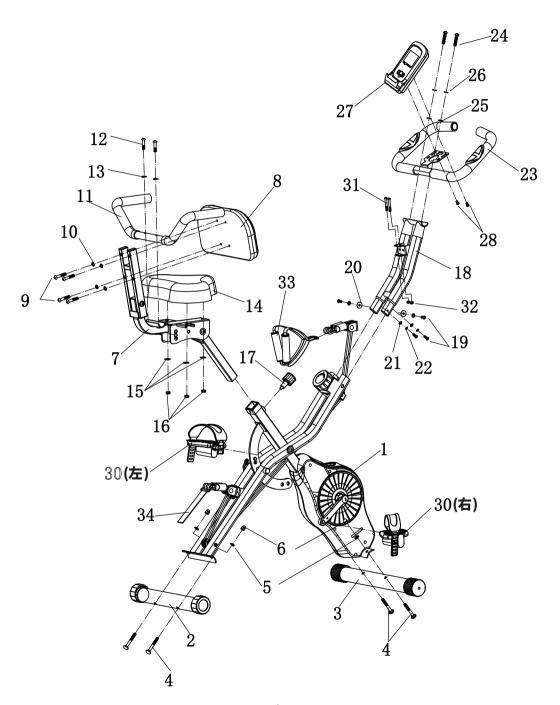
#### 表示モニター:

汚れやほこりは、乾いた柔らかい布などで拭き取ってください。機能ボタンは長く押しすぎないように注意してください。直射日光に長時間当てると破損の原因になります。

#### **■ 梱包部品一覧表**

- 1. 梱包を開けましたら、組立てを行う前に各部品が揃っているかご確認ください。
- 2. 不足している部品がある場合は、お手数ですがSTEADYカスタマーサポートまでご連絡ください。その際、下記部品名称をお知らせください。 (連絡先: P21)
- 3. 不足している部品がある場合は、部品全てが揃うまで、ご使用をお控えください。
- 4.仕様および外観は、改良のため予告なく変更することがありますが、ご了承ください。





#### ■組立て手順

YouTubeに組立て動画をご用意しております。QRコードを読み込んでご覧ください。お届け時、本体のシルバー部分には保護シールが貼られています。剥がしてからご使用ください。

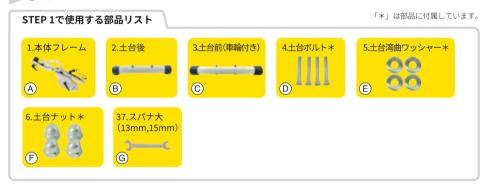




組立て動画

#### STEP 01

本体に土台を取り付けます





↑ 注音

T字調整ノブと本体の間に指を挟まないようにご注意ください。

#### 注意

0

土台前(車輪付き)は本体側に接続します。シールが本体外側に位置し、矢印が上を向いていることを確認してください。



#### ↑ 注意

⑩土台ボルトが動かなくなり、 $\widehat{\mathbb{P}}$ 土台ナットの浮きがなくなる状態まきつく固定してください。 $\widehat{\mathbb{P}}$ 土台ナットが緩んでいる場合は、異音やがたつきが発生することがあります。



#### 本体に背もたれラックを取り付けます

#### STEP 2で使用する部品リスト









② ⑥本体フレームに®背もたれラックを取り付け、⑥サドル調節ノブで高さを調整します。⑥サドル調節ノブを引っ張ることで、⑥サドル調節ノブを抜かなくとも高さ調整が可能です。



# O3

#### 背もたれラックに背もたれパッドを取り付けます

#### STEP 3で使用する部品リスト

「\*」は部品に付属しています。













2

/ ④背もたれラックに®背もたれパッドを取り付けます。

⑥背もたれパッドボルトと⑥背もたれパッドスプリングワッシャーを挿し込み、⑥六角レンチを使用し緩みのないように締めます。



#### 背もたれラックに背もたれハンドルバーを取り付けます

#### STEP 4で使用する部品リスト

「\*」は部品に付属しています。





















#### 背もたれラックにサドルを取り付けます

#### STEP 5で使用する部品リスト

「\*」は部品に付属しています。













<sup>/</sup> ⑧背もたれラックに空いている3つの穴に®サドルを取り付けます。

下から@サドル平ワッシャー@サドル樹脂ナットを挿し込み、@スパナ大(13mm)を使用し緩みのないように締めます。



#### ⚠ 注意

サドルががたつく場合、⑧背もたれラックのボルトが緩んでいる可能性があります。 ⑥六角レンチでしっかりと締め直してください。



#### 上部フレームを本体フレームに取り付けます

#### STEP 6で使用する部品リスト

「\*」は部品に付属しています。















1 ®上部フレームに付属している、©上部フレー ムボルトの上部フレーム平ワッシャー®上部 フレーム湾曲ワッシャー®上部フレームスプ リングワッシャーを、⑥六角レンチを使用し取 り外します。





B上部フレームをA本体フレー ムに取り付けます。



4 ©上部フレーム用ボルト®上部フレーム用平ワッ シャー©上部フレーム湾曲ワッシャー©上部フレー ムスプリングワッシャーを挿し込み、⑥六角レンチ を使用し、緩みのないように取り付けます。

#### ハンドルバーを上部フレームに取り付けます

#### STEP 7で使用する部品リスト

「\*」は部品に付属しています。

















#### 表示モニターをハンドルバーに取り付けます

#### STEP 8で使用する部品リスト

「\*」は部品に付属しています。









> ®表示モニター裏にある、2本の◎表示 モニターネジを、⑩六角レンチを使用し 取り外します。





(3) ®表示モニターの裏には、ケーブル挿し込み口があります。

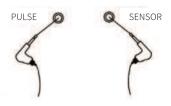
「PULSE」は@ハンドルバーから出ているケーブルを、「SENSOR」には上部フレームから出ているケーブルを挿し込みます。

ケーブルが長く余っている場合は、ケーブルが出ている@ハンドルバーと上部フレームのそれぞれの穴の中に入れ込んでください。



#### ⚠ 注意

ケーブルの挿し込みを間違えると、®表示モニターの計測を正しく行うことができませんのでご注意ください。



#### ペダルを本体フレームに取り付けます

#### STEP 9で使用する部品リスト











(2) ®ペダルに付属しているナットを⑩スパナ を使用し取り外します。



(3) — 右のペダルを取り付けます。④本体フレームに®ペダルを挿し込み、©スパナ(15mm)を使用し時計回りに回します。ナットを接続し、⑩スパナを使用し反時計回りに回して固定します。

左のペダルを取り付ける際は、®ペダルは反時計回りに、ナットは時計回りに回して固定します。



#### 注意

ペダルが回転しなくなるまで十分にスパナで締めます。緩みがあると、思わぬ事故やガタつき、異音が発生する可能性があります。使用前には、ペダルに緩みがないか確認してから使用してください。 また、ペダルは地面と平行して挿入しないと締めにくいのでご注意ください。

#### バンドを本体に通します

#### STEP 10で使用する部品リスト

「\*」は部品に付属しています。











36.スパナ小 (8mm,10mm) F



2 // バンドのパーツに®バンドボルト©バンドナットを通し、⑥六角レンチと⑥スパナ小(10mm)を使用し留めます。



#### ⚠ 注意

輸送中、本体後方のバンドがローラーから外れている場合がありますので、必ずご確認ください。





#### ▮ 表示モニターの設定方法について

初めてのご使用前にモニター画面の保護シールを剥がしてください。

#### 1.モニター画面の説明

#### SCAN

・「SCAN」が表示されている時

「1 TIME、2 SPEED、3 DIST、4 CAL、5 ODO、6 PULSE」の順に、各項目を画面右上に大文字で繰り返し表示します。

・「SCAN」が表示されていない時

MODEボタンで選択した任意の項目を固定して表示します。

MODEボタンを押し「TIME」まで一巡する と「SCAN」が表示されます。

#### KPH

) km <sub>-</sub>

キロメートル毎時。SPEED、DIST、 ODOを選択中に表示されます。

#### ODO/ 累計走行距離

ー 今までの累計走行距離を表示します。

DIST/ 走行距離

走行距離を表示します。

# STEADY OF THE PROPERTY OF THE

TIME / 時間

運動経過時間を表示します。

)分:秒

#### PULSE / 心拍数 )拍/分

1分間の心拍数を表示します。正確な計測をするために、脈拍センサーを両手で握り、30秒以上経過するまで待ちます。

センサーを握り、心拍の計測がされている間は、♥が点滅します。 センサーから手が離れ、心拍の計 測がされていない間は、♥の表示 が消えます。

#### CAL/カロリー )kcal

運動中の消費カロリーを表示します。 同じ運動をしても個人差によって表示されるカロリーは異なります。 表示されるカロリーはあくまで一般 的な目安としてください。

SPEED / スピード ) km/h

運動中の速度を表示します。

#### 2. 使用開始と停止方法

機能ボタンのいずれかを押す、または運動を始めると自動的に表示を開始します。 機能ボタンのいずれも押されないか運動を中止して約4分が経過すると自動的に表示が消えます。

#### 3. リセット方法

特定の項目だけをリセットすることはできません。

) km -

- ・TIME、DIST、CAL...電池の交換時、RESETボタンまたはMODEボタンの長押し(1秒以上)でリセットされます。
- ・ODO...電池の交換時にリセットされます。

#### 4. 目標値設定

1.MODEボタンを押し、SCANの表示が消えたことを確認後、目標値設定をしたい項目までMODEボタンを押します。

2.SETボタンを数回押して目標値を入力します。SETボタンを長押しすることで早送りできます。

3.ペダルを漕ぎ始めると、自動で計測が始まります。

4.入力した目標値に達するとアラームが鳴り、再度0カウントから加算されます。

- ・時間、走行距離、カロリー、心拍数の目標値が設定できます。
- ・目標値設定を行わないで運動を開始すると数値が自動でカウントされます。
- ・心拍数の目標値を設定後、ペダルを漕ぎ始めて最初の2~3秒後は、通常の心拍数よりも高くなることがあります。その後、通常の心拍数に戻ります。

※SCANの表示がある間は目標値のセットができません。MODEボタンを押してSCAN表示を消してください。

- ※複数項目を同時に設定することはできません。
- ※ペダルが停止した状態で設定してください。

#### 5.KPHとMPHの切り替え方法

デフォルトではKPH(キロメートル毎時)に設定されています。以下の方法でMPH(マイル毎時)に切り替えも可能です。 1.モニターを起動した状態でMODEボタンを長押しします。

2.ピーっと長い音が鳴ります。MODEボタンから指を離さず押し続けます。

3.モニター左部分にKPHとMPHが縦に連続して表示されます。

4.指をボタンから離します。KPHとMPHの表示が切り替わります。





STEADYバンド付きフィットネスバイク組立て動画

Q

#### ■移動方法

本製品は、土台前に付いている車輪を転がして移動させることができます。 ハンドル先端部分を握り床に向かって押し下げ、土台前に付いている車輪が 床に接触した状態で移動してください。

#### ⚠ 注意

必ず床への傷対策は行ってください。



#### ■ 各部分の調節について



#### ①サドルの高さ調節



7段階に調節できます。

サドル調節ノブを引き、本体フレームに空いた穴の位置に合わせてサドル の高さを上下に動かします。

ペダルを漕いでペダルが一番下にきた際に、膝が完全に伸びきる手前となる状態が適切なサドル位置になります。

高さを調節した後は、サドル調節ノブを回して固定します。

#### ②サドルの角度調節



3段階に調節できます。

角度調節ノブを手前に引きながらサドル部を動かします。

調節後、サドルに座る前にノブの先が完全に穴に入っているかどうかを確 認してください。

#### ③開き具合の調節



トレーニング時は3段階に調節できます。

足で土台後を踏んで押さえながら固定ノブを引き、手でハンドル部分を支え、開き具合を調節します。

#### ④折りたたみ



収納時は2段階に調節できます。

サドルの高さが一番低い状態ですと完全に折りたたむことができません。 サドルの高さを3段目ほどまで上げてから折りたたんでください。

#### ⚠ 注意

手指を挟まないようにご注意ください。

#### ■ トレーニングについて

本製品を使用して幅広いトレーニングが可能です。

# 背中 姿勢改善/美背中に

シーテッドローイング

ケーブルローイング





脚 下半身の引き締め / ヒップアップに 腹筋 くびれメイク / ぽっこり下腹解消 レッグカール ケーブルアダクション サイドベント チューブクランチ

#### ▮ 不具合と感じたら

症状	対応方法
ボルトやナットが見つからない	一部のボルトやナットは各部品にあらかじめ取り付けられています。(参考: P3)
ガタつき、異音	土台ボルトと土台ナットが緩んでいないか確認し、締め直してください。 土台後の足の部分を回し、高さを調節してください。(参考: P6)
サドルのガタつき	サドル裏のナットと背もたれラックのボルトを締め直してください。(参考:P10)
モニターの表示不良、異音	電池を交換してください。ケーブルの接続状況を確認してください。(参考:P13)
ペダルの異音	スパナを使用しボルトをきつく締め直してください。(参考:P14)
ペダルがスムーズに回らない	ペダルを逆方向に回転させ、再度走行してください。内部のベルト部分の ズレが原因の場合、逆方向にさせることで補正されます。
バンドに違和感がある	バンドがローラーから外れていないかを確認してください。(参考: P15)
バンドを他の製品に取り替えたい	付け替えはできない仕様となっております。
アンクルベルトを使った トレーニングの強度が物足りない	アンクルベルトの金具に2本のバンドのフックを取り付け、強度を上げることができます。
モニターに表示される 心拍数が不正確	本製品は医療機器ではないことをあらかじめご了承ください。実際の心拍 数とモニターの数値とで差異が発生する場合があります。
モニターの小傷	お届け時には保護シールが貼られています。保護シールが傷付いている場合がありますので、剥がしてご使用ください。(参考:P16)
モニターにMPHの表示がある	MPHはマイル/毎時を示しています。KPH(キロメートル/毎時)に切り替え 可能です。(参考:P17)
開封直後から 製品に傷がついている	一部製品において、使用上問題がない程度の傷や塗装剥がれが見られることがあります。不良品ではございませんので、返品/交換の対象外となります。あらかじめご了承ください。
電話で問い合わせしたい	03-4530-3012までおかけください。平日9:00~17:00まで対応を行って おります。(参考: P21)

#### **■ STEADYカスタマーサポートへ連絡したい場合**

製品に関するご質問、不具合がございましたら、QRコードを読み込んでいただき、LINEかメールフォームからお問い合わせください。





【STEADYカスタマーサポート連絡先&営業時間】 平日9:00~17:00 / 年末年始を除く メールアドレス:support@steadyjapan.zendesk.com 電話番号:03-4530-3012

#### ■ アフターサービスについて

#### 保証期間

- ・ご購入日より365日間となります。公式LINEからご注文番号のご登録でよりスピーディーなサポートが可能です。
- ・保証期間内に取扱説明書に従ってご使用になっていた場合、保証 適用外の事項に該当しない場合は無償交換が可能です。
- ・保証期間が過ぎた場合は、仕入れが可能な部品に限り有償にて部品 交換させていただきます。



#### 保証適用外の事項

- ・取扱説明書に記載されている正しい組立て方法、使用方法、保管方法、取り扱い方法以外のご使用により不具合や事故が発生した場合
- ・什様の範囲内と判断された場合(駆動音、製造過程で生じる気泡、折れ、細かな汚れ、輸送中の小傷や擦れなど)
- ・輸送中に外箱や梱包材が破損した場合でも、製品に不具合が生じていない場合
- ・中古品のご購入や公式サイト/公式販売モール以外でご購入した場合(有償での対応は可能)
- ご自身での修理や改造などが見受けられる場合
- ・地震、火災、台風、落雷などの天災や、薬品、酒、水、石、塩分など、外から受ける要因による不具合や事故が発生した場合
- ・未開封、未使用に関わらず保証期間を過ぎた場合

#### STEADYカスタマーサポートへのお問い合わせ方法

- ・不具合が疑われる場合や、交換をご希望の場合はSTEADYカスタマーサポートまでお問い合わせください。(参考:P13)
- ・お問い合わせの際には、不具合が疑われる箇所の画像もしくは動画を添付してください。

#### 注意事項

- ・製品の不具合などによりお客様に生じた機会損失や金銭的損害については、弊社では責任を負いかねます。
- ・保証期間内の製品で不具合と判断した場合は、基本的に部品交換の対応を取らせていただきます。出張サービスや業者手配による設置、組立て、解体、梱包、修理等は原則対応しておりません。

