

**STEADY**



## フィットネスバイク 取扱説明書

組立て動画



STEADY ST102 組立て動画



トレーニング動画



STEADY ST102 トレーニング動画



## ■ 安全にご使用いただくために

この取扱説明書は大切に保管してください。

この度は「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。

### 警告

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、定期的には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開聞こえたら、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. 本製品の使用は16歳以上の方を対象としています。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、医師にご相談ください。
  - 身体の痛み ● 胸部の圧迫感 ● 動悸 ● 息切れ ● めまい ● 吐き気
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、最大 100kg です。
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。

### 取り付け時の注意事項

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にご注意ください。
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てください。

### 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るすぎる衣服は、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最大100分です。100分以上の連続使用は異音発生の原因となりますので、お控えください。

## 製品の仕様について

サドルの高さ	7段階調整可能
負荷	8段階調整可能
製品重量	約15kg
耐荷重	最大100kg
連続使用時間	最大100分



## 梱包部品一覧表

- 梱包をあ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。
- 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:P13)
- 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。
- 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。

1.本体フレーム 	2.本体フレーム固定ピン 	3.土台(後) 	4.土台(前・車輪付き) 	5.土台用ボルト×4※ 	6.土台用ナット×4※ 
7.土台用湾曲ワッシャー×4※ 	8.サドル 	9.サドル用平ワッシャー×3※ 	10.サドル用樹脂ナット×3※ 	11.サドルポスト 	12.サドル調整ノブ 
13.上部フレーム 	14.上部フレーム用ボルト×4※ 	15.上部フレーム用平ワッシャー(小)×4※ 	16.上部フレーム用平ワッシャー×2※ 	17.上部フレーム用湾曲ワッシャー×2※ 	18.ハンドルバー 
19.ハンドルバー用ボルト×2※ 	20.ハンドルバー用湾曲ワッシャー×2※ 	21.ハンドルバー用スプリングワッシャー×2※ 	22.表示モニター 	23.表示モニター用ネジ×2※ 	24.表示モニター用電池 
25.ペダル(左・右) 	26.六角レンチ 	27.スパナ(13mm,15mm) 	28.ペダル用スパナ 		

## ■ 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。



組立て動画

STEP

01

土台を本体フレームに取り付けます

### STEP 1で使用する部品リスト

「※」は部品に付属しています。

1.本体フレーム



A

3.土台(後)



B

4.土台(前・車輪付き)



C

5.土台用ボルト※



D

6.土台用ナット※



E

7.土台用湾曲ワッシャー※



F

27.スパナ(13mm)



G

1

土台に付属している、**④土台用ボルト**/**⑤土台用ナット**/**⑥土台用湾曲ワッシャー**を取り外します。



2

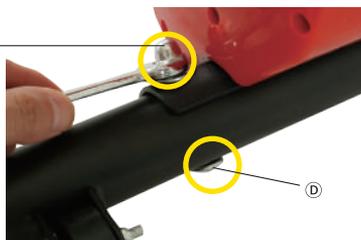
**①**本体フレームに**③土台(後)**と**④土台(前・車輪付き)**を取り付けます。



3

土台の下から**④土台用ボルト**を通し、**⑤土台用ナット**/**⑥土台用湾曲ワッシャー**の順番に取り付けて、**⑦**スパナ(13mm)で固定します。

⑤+⑥



④

## STEP 02

サドルポストにサドルを取り付けます

### STEP 2で使用する部品リスト

「※」は部品に付属しています。

8.サドル



9.サドル用  
平ワッシャー※



10.サドル用  
樹脂ナット※



11.サドルポスト



27.スパナ  
(13mm)



1

① サドルに付属している⑧サドル用平ワッシャー⑨サドル用樹脂ナットを取り外します。



2

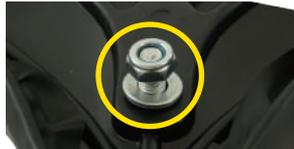
② サドルを⑩サドルポストに空いている3つの穴に取り付けます。

③ サドル用平ワッシャー④サドル用樹脂ナットの順番で挿し込み、⑤スパナ(13mm)で固定します。



**注意**

緩み防止のため樹脂ナットを採用しています。樹脂の見える青い部分を上にし、⑤スパナで締め樹脂を貫通させてください。



# STEP 03

サドルポストを本体フレームに取り付けます

## STEP 3で使用する部品リスト

1.本体フレーム



11.サドルポスト



12.サドル調整ノブ



1

④本体フレームに㊸サドル調整ノブを挿し込み、仮留めます。



2

④本体フレームに㊸サドルポストを取り付け、㊹サドル調整ノブで高さを調整します。  
㊹サドル調整ノブを抜かなくとも、引っ張るだけで高さ調整が可能です。



# STEP 04

## 上部フレームを本体フレームに取り付けます

### STEP 4で使用する部品リスト

「※」は部品に付属しています。

1.本体フレーム



13.上部フレーム



14.上部フレーム用ボルト※



15.上部フレーム用平ワッシャー(小)



16.上部フレーム用平ワッシャー



17.上部フレーム用湾曲ワッシャー



26.六角レンチ



1

⑧上部フレームに付属している、③上部フレーム用ボルト / ⑩上部フレーム用平ワッシャー(小) / ⑤上部フレーム用平ワッシャー / ⑥上部フレーム用湾曲ワッシャーを取り外します。



**注意**

③上部フレーム用ボルトが硬く感じる場合は、⑥六角レンチを使用し取り外します。

2

④本体フレーム上部と⑧上部フレーム下部から出ているケーブルを、カチッと音がするように接続します。

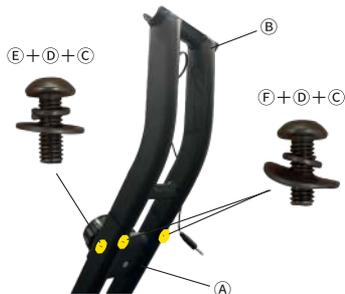


**注意**

内部でケーブルが絡まる可能性がありますので、上部フレームケーブルを上から引っ張り、絡まりがないか確認してください。

3

④本体フレームに⑧上部フレームを挿し込みます。側面の2か所の取り付け穴には⑤上部フレーム用平ワッシャー、⑩上部フレーム用平ワッシャー(小)、③上部フレーム用ボルトの順で取り付けます。背面の2か所の取り付け穴には⑥上部フレーム用湾曲ワッシャー、⑩上部フレーム用平ワッシャー(小)、③上部フレーム用ボルトの順で取り付けます。いずれも⑥六角レンチで固定します。



# STEP 05

ハンドルバーを上部フレームに取り付けます

## STEP 5で使用する部品リスト

「※」は部品に付属しています。

13. 上部フレーム



18. ハンドルバー



19. ハンドルバー用ボルト※



20. ハンドルバー用湾曲ワッシャー※



21. ハンドルバー用スプリングワッシャー※

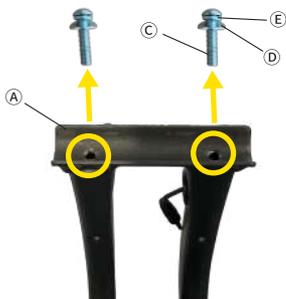


26. 六角レンチ



1

④上部フレームに付属している、⑩ハンドルバー用ボルト⑪ハンドルバー用湾曲ワッシャー⑫ハンドルバー用スプリングワッシャーを取り外します。



2

④上部フレームの2つの穴の位置を確認しながら⑬ハンドルバーを取り付けます。



3

⑩ハンドルバー用湾曲ワッシャー⑫ハンドルバー用スプリングワッシャー⑩ハンドルバー用ボルトの順に重ね、⑬六角レンチで固定します。



# STEP 06

## 表示モニターをハンドルバーに取り付けます

### STEP6で使用する部品リスト

「※」は部品に付属しています。

#### 18.ハンドルバー



#### 22.表示モニター



#### 23.表示モニター用ネジ※



#### 26.六角レンチ



1

⑧表示モニターは単4電池2本を使用します。

⑧表示モニター裏に付属している、③表示モニター用ネジ2本を取り外します。



2

④ハンドルバーの穴に⑧表示モニターを合わせます。

④ハンドルバーの裏に①で取り外した③ネジを挿し込み、⑥六角レンチのドライバー側で固定します。



3

⑧表示モニターの裏には、ケーブル差込口があります。「PULSE」はハンドル部分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。



SENSOR

PULSE

⚠ 注意

ケーブルの差し込みを間違えると④表示モニターの計測を正しく行うことができないので、ご注意ください。

# STEP 07

ペダルを本体フレームに取り付けます

## STEP6で使用する部品リスト

1.本体フレーム



25.ペダル(左右)



27.スパナ(15mm)



28.ペダル用スパナ



1

① 本体フレーム、② ペダル、③ ペダルに付属しているペダルベルトには、それぞれ右「R」左「L」の表示があります。ペダルベルトは表示がある側を表にしてください。



2

② ペダルベルトを、ご自身の足のサイズに合わせて調整します。調整後、④ ペダルの内側のフックにペダルベルトの穴を下から引っ掛け、上に引き上げるように取り付けます。ペダルの外側も同じように取り付けます。

右ペダル



左ペダル



3

③ ペダルに付属しているペダルナットを取り外します。

4

右のペダルを取り付けます。④本体に⑥ペダルを押し込み、③スパナ(15mm)を使用し六角ナットを時計回りに回します。③で取り外したペダルナットを接続し、⑩ペダル用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、⑥ペダルに付属の六角ナットは反時計回りに、ペダルナットは時計回りに回して固定します。



#### ⚠ 注意

- ⑥ペダルは地面と平行の状態④本体に押し込んでください。
- ⑥ペダルの六角ナットとペダルナットは、回転しなくなるまで十分に締めてください。緩みがあると、思わぬ事故やガタつき、異音が発生する原因となります。
- ⑥ペダルは長時間の使用や強い踏み込みによって緩む場合があります。ご使用前に緩みがないか確認してください。

## STEP 08

製品を収納します

### STEP8で使用する部品リスト

1. 本体フレーム



2. 本体フレーム  
固定ピン



④ 本体フレームを折りたたみ、⑧ 本体フレーム固定ピンを3点の穴に押し込み貫通させます。



## 表示モニターの使用法

YouTubeに解説動画をご用意しています。QRコードを読み込んでご覧ください。



解説動画

### 各項目の説明

**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。

**DIST / 走行距離** km  
走行距離を表示します。

**ODO / 累計距離** km  
本製品を購入してからの累計走行距離を表示します。

**PUL / 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、グリップセンサーを両手で握り、30秒以上経過するまで待ちます。

**SPEED / スピード** km/h  
運動中の速度を表示します。

**SCAN**  
SCANが機能している間は各項目が「①時間②走行距離③カロリー④累計走行距離⑤心拍数」の順に自動で繰り返し表示されます。MODEボタンを押すと表示したい項目を選ぶことができ、一巡するとSCANの表示に戻ります。

**TIME / 時間** 分:秒  
運動経過時間を表示します。

RESET MODE SET

## 操作方法

### 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ければ運動を中止して約4分が経過すると自動的に表示が消えます。表示が消えてもカウントはリセットされません。

### 表示のリセット方法

- 特定の項目のみをリセット …… MODEボタンで項目を選び、RESETボタンを一度押します。
- 全ての項目をリセット …… RESETボタンを3秒以上長押しするか、または電池を交換します。
- ODO(累計距離)のリセット …… 電池を交換します。RESETボタンを押してもリセットされません。

### 時間、走行距離、心拍数、カロリーの目標値設定

1. SCANが機能している場合は目標値の設定ができません。MODEボタンを押してSCANの表示を消し、設定したい項目にMODEボタンで合わせます。
2. SETボタンを押して目標値を入力します。SETボタンの長押しで早送りできます。
3. 運動を開始してから、入力した目標値に達するとアラーム音が鳴ります。ボタンのいずれかを押すと音が消えます。
4. 目標値を設定せずに運動すると自動でカウントが始まります。

## よくある質問・トラブルシューティング

症状	対応方法
部品が見つからない	お届け時に各パーツにあらかじめ取り付けられています。(参考:P2)
本体がガタつく	以下の部品が緩んでいる可能性があります。付属のスパナを使用しボルトなどをきつく締め直してください。 <ul style="list-style-type: none"> <li>● 土台のボルト(参考:P3)</li> <li>● サドル裏のボルト(参考:P4)</li> <li>● サドル下の高さ調整ノブ(参考:P5)</li> <li>● 上部フレームのボルト(参考:P6)</li> <li>● ハンドルバーのボルト(参考:P7)</li> </ul>
ペダルの取り付けができない	ペダルは地面と平行となる状態にして取り付けてください。付属のスパナを使用し、右ペダルは時計回りに、左ペダルは反時計回りに回してください。ペダルと本体に矢印でスパナを回す向きが記載されています。(参考:P9,10)
異音がする	ペダルが緩んでいる可能性があります。スパナを使用し、きつくペダルを締め直してください。(参考:P9,10)
モニターの不具合	以下をお試しください。 <ul style="list-style-type: none"> <li>● 本体のケーブルと上部フレームのケーブルが確実に接続できているかご確認ください。(参考:P6)</li> <li>● ケーブルとモニター裏面が正しく接続されているかご確認ください。(参考:P8)</li> <li>● 電池を入れ直すか、新しい電池に交換してください。(参考:P8)</li> </ul>
モニターに表示される数値が不正確	本製品は医療機器ではないため、実際の数値とモニターの数値とで差異が発生する場合があります。あらかじめご了承ください。
モニターの小傷	お届け時にモニターに貼られている保護シールが傷ついている場合があります。剥がしてからご使用ください。(参考:P11)
電話で問い合わせしたい	050-5369-0949 までおかけください。平日 9:00~17:00 まで対応を行なっております。(参考:P13)

## 負荷調整について

負荷は8段階に調整できます。負荷調整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整してください。※表示モニタのカロリー計算は「負荷4」を基準に計算しております。

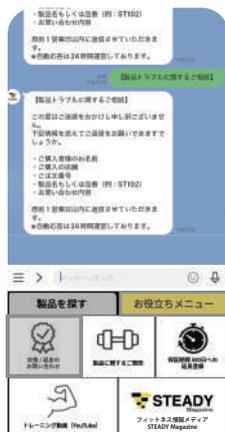
## ■ STEADY カスタマーサポートへ連絡したい場合

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。

### LINEでのお問い合わせ



“お役立ちメニュー”→“製品不具合 / 交換希望のお問い合わせ”をタップし、お問い合わせ内容を入力してください。



### お問い合わせフォームからのメール送信



お名前、メールアドレス等をご入力の上、送信ボタンをクリックしてください。

【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: 050-5369-0949

## 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に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。

LINE公式アカウントに  
友だち登録すると

安心の1年保証!!



### 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
- 仕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。

こんにちは、カスタマーサポート代表の山田です。  
お客様の期待に寄り添える製品やサービスをお届けし、  
「さらに何ができるか」を大切にしています。  
お客様の笑顔が私たちにとっての喜びです。

山田 拓希



