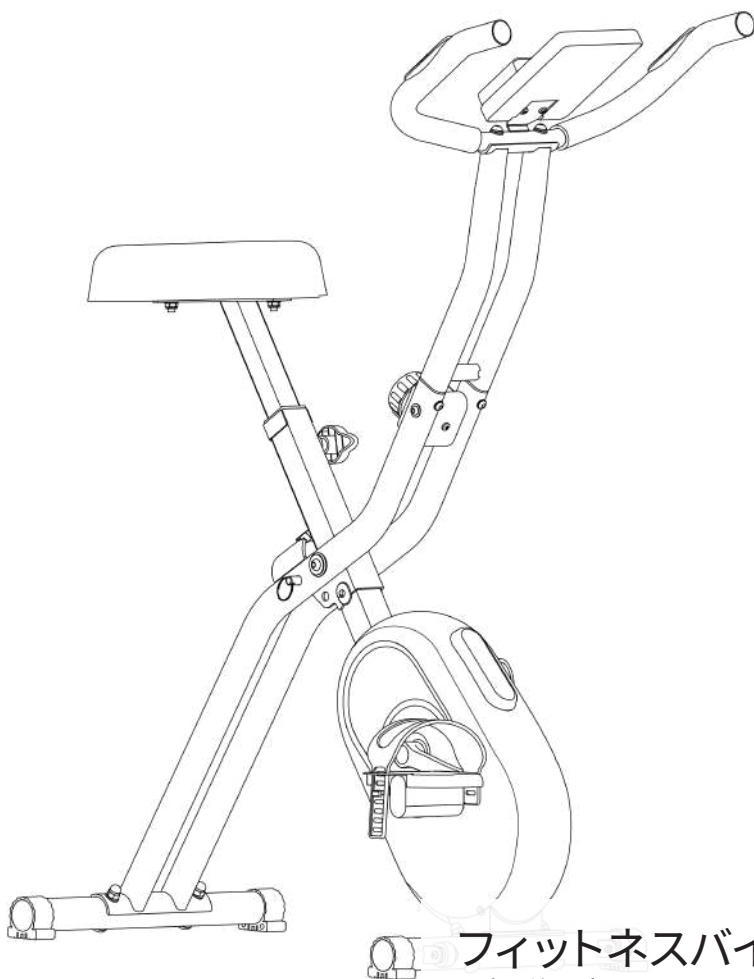


STEADY



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。

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や聞こえたら、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歳未満の方は使用しないでください。事故に繋がる恐れがあります。

組立て時の注意事項

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120kg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まりすぎる衣服は、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100分です。それ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。
6. 前後左右に強く身体を揺らしたり、立ち漕ぎをしたりなどの不安定な体勢での使用はお控えください。転倒や製品の破損に繋がる恐れがあります。

■ お手入れの方法について

本体についた汚れやほこりは、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。また、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。

製品の仕様について

サドルの高さ	7段階調節可能
負荷	16段階調節可能
製品重量	約14kg
耐荷重	最大120kg
連続使用時間	最大100分

【使用時】



【収納時】



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。※はお届け時に部品に付属しています。
- 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:P11)
- 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。
- 仕様およびデザインは、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 	2.固定ピン 	3.土台(後) 	4.土台(前) キャスターが付属しています	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.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.モニター 	23.モニター用ボルト×2 	24.電池(単四電池)
25.ペダル(左・右) 	26.六角レンチ 	27.スパナ (13mm, 15mm) 			

「※」は部品に付属しています

■ 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。



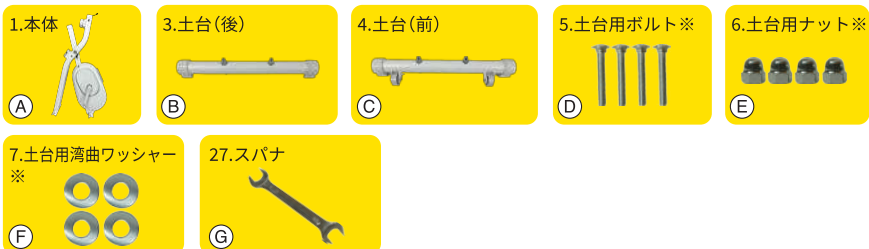
組立て動画

STEP 01

本体に土台を取り付けます

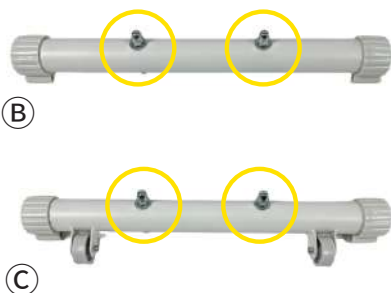
STEP 1で使用する部品リスト

「※」は部品に付属しています。



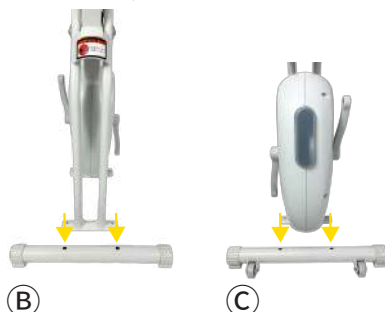
1

⑧土台(後)、⑨土台(前)のそれぞれに付属している ⑩土台用ボルト、⑪土台用ナット、⑫土台用湾曲ワッシャーを取り外します。



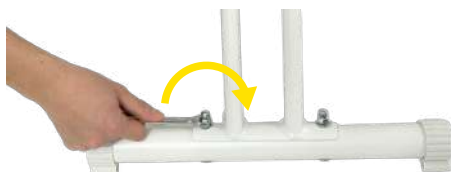
2

⑬本体の取り付け穴と⑧土台(後)、⑨土台(前)の取り付け穴をそれぞれ合わせます。



3

⑧土台(後)、⑨土台(前)の下から ⑩土台用ボルトを通します。上から⑫土台用湾曲ワッシャー、⑪土台用ナットの順に接続し、⑬スパナ(13mm)で固定します。



STEP 02

サドルを組立てます

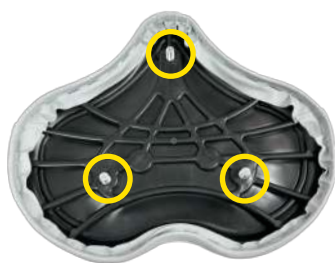
STEP 2で使用する部品リスト

「※」は部品に付属しています。



1

⑧サドルに付属している ⑨サドル用平ワッシャー、⑩サドル用樹脂ナットを取り外します。



2

⑧サドル裏と⑪サドルポストの取り付け穴を合わせます。



3

②に ⑨サドル用平ワッシャー、⑩サドル用樹脂ナットの順に接続し、⑦スパナ (13mm) で固定します。



⚠ 注意

⑩サドル用樹脂ナットは樹脂部分を外側にして挿し込み、樹脂が貫通するまで固定してください。



4

④本体に⑫調整ノブを挿し込んで仮留めします。④本体に③を取り付け、⑫調整ノブを引っ張り高さを調整した後、⑫調整ノブを回して固定します。

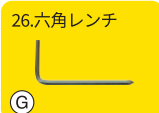


STEP 03

本体に上部フレームを取り付けます

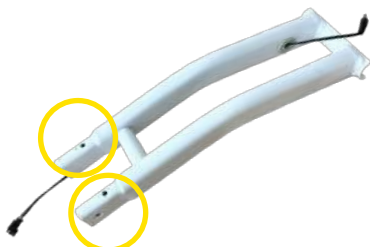
STEP 3で使用する部品リスト

「※」は部品に付属しています。



1

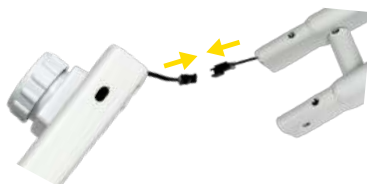
⑧上部フレームに付属している③上部フレーム用ボルト、⑩上部フレーム用平ワッシャー(小)、⑥上部フレーム用平ワッシャー、⑦上部フレーム用湾曲ワッシャーを取り外します。



③上部フレーム用ボルトが取り外しにくい場合は⑥六角レンチを使用してください。

2

①本体の上部と⑧上部フレームの下部から出ているケーブルをそれぞれ引っ張り出します。絡まりがないか確認し、カチッと音するまで押し込み接続します。



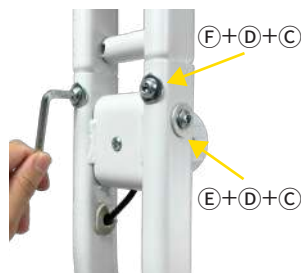
内部でケーブルが絡まる可能性がありますので、⑧上部フレームのケーブルを上から引っ張り、絡まりがないか確認してください。

3

①本体に⑧上部フレームを取り付けます。
取り付け穴のうち側面の2箇所には、⑥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箇所には、⑦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。
それぞれ⑥六角レンチで固定します。



側面には⑥上部フレーム用平ワッシャーを使用し、背面には⑦上部フレーム用湾曲ワッシャーを使用します。



STEP 04

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。



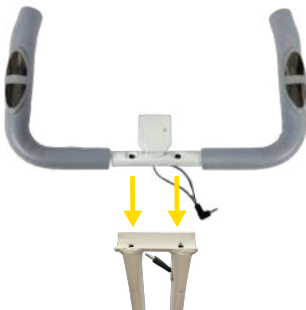
1

④ 本体に接続した上部フレームに付属している③ハンドルバー用ボルト、⑩ハンドルバー用湾曲ワッシャー、⑪ハンドルバー用スプリングワッシャーを取り外します。



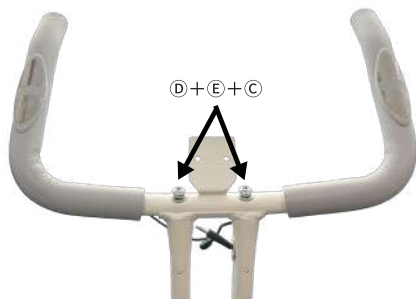
2

④ 本体に接続した上部フレームの2つの穴の位置を確認しながら⑧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⑪ハンドルバー用スプリングワッシャー③ハンドルバー用ボルトの順に重ね、⑥六角レンチで固定します。



STEP 05

モニターを取り付けます

STEP5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.モニター



23.モニター用 ボルト※



24.電池



26.六角レンチ



1

⑧モニター裏面の電池蓋を外し
⑨電池を入れます。⑧モニター
裏面に付属している③モニター
用ボルトを取り外します。



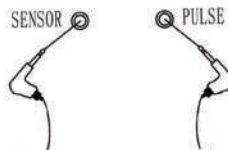
2

①ハンドルバーに⑧モニターを挿し込みます。裏側から
③モニター用ボルトを接続し、⑤六角レンチのドラ
イバー側で固定します。



3

⑧モニター裏にケーブルを挿し込みます。「PULSE」には①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。



⚠ 注意

ケーブルを正しく挿し込んでいない場合、⑧モニターを正しく表示することができなくなります。

STEP 06

ペダルを取り付けます

STEP6で使用する部品リスト

1. 本体



(A)

25. ペダル



(B)

27. スパナ



(C)

28. ペダル用スパナ



(D)

1

① 本体、② ペダル、③ ペダルに付属しているペダルベルトには右「R」左「L」の表記があります。接続前にそれぞれ確認してください。



(A)



(B)

2

ペダルベルトを足の幅に合わせて調節します。ペダルベルトの穴を②ペダルのフックに引っ掛け、上に引き上げるように強く引っ張って取り付けます。ペダルベルトの内側と外側のいずれも同様に取り付けます。



3

④ 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⑧ペダルを挿し込み、⑨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、⑧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

- ⑧ペダルは地面と平行の状態④本体に挿し込んでください。
- ⑧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。緩みがあると思われぬ事故やガタつき、異音が発生する原因となります。
- ⑧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。

■ 製品の収納方法

本体を折りたたみ、固定ピンを3点の穴に挿し込みます。



■ 移動方法

土台(前)のキャスターが床に接触している状態で移動させることができます。

⚠ 注意

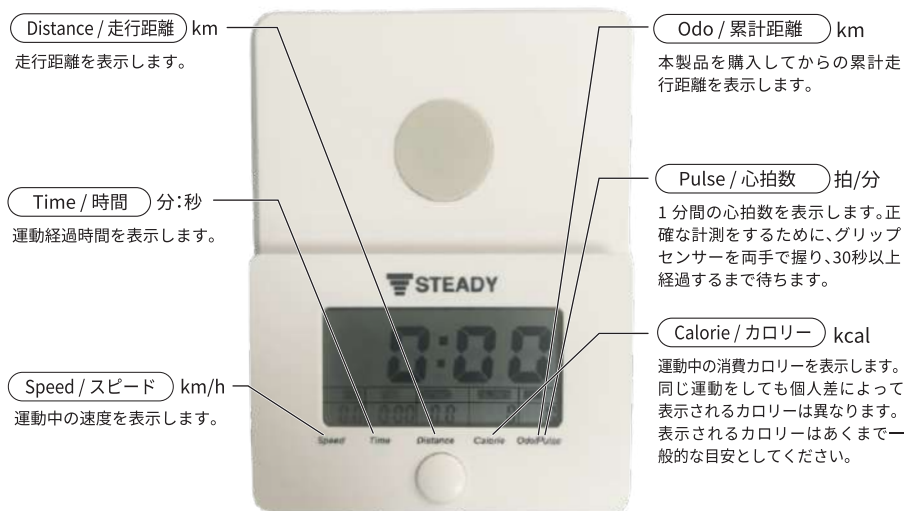
柔らかい素材のキャスターを使用しておりますが、床の素材によっては傷がつく場合があります。必ず床への傷対策を行ってください。



■ 表示モニターの使用方法について

- 本製品のモニターは単4電池を2本使用します。モニター裏面の電池蓋を開けて電池を入れてください。
- お届け時、モニターの画面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。

各項目の説明



■ 操作方法

使用開始と停止方法

- ボタンを押す、または運動を始めると自動的に表示を開始します。
- 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。

画面の表示について

- OdoとPulseは画面上に交互に表示されます。
- 表示モニターのカロリー計算は「1km=32kcal」として計算しています。
- ボタンを押すと、画面上部にメインで表示される項目を選択できます。
- それぞれの項目で表示される数値はあくまで目安となりますので、実際の数値と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。

表示のリセット方法

ボタンを約3秒長押しすると、全ての項目がリセットされます。

■ 負荷調整について

負荷は16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。

■ 不具合と感じたら

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おります。(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。 ● 土台のボルト(参考:P3) ● 上部フレームのボルト(参考:P5) ● サドル裏のボルト(参考:P4) ● ハンドルバーのボルト(参考:P6) ● サドル下の高さ調整ノブ(参考:P4)
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:P8)
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:P8)
モニターの不具合	以下をお試しください。 ● 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:P5) ● 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:P7) ● 電池を入れ直すか、新しい電池に交換してください。(参考:P10)
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を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:P10)
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:P11)

■ 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。
- 快適に末長くご使用いただくためのアフターサポートとして、音声電話によるヒアリングを行うことがあります。

LINEでのお問い合わせ



STEP 01
”お役立ちメニュー”をタップしてください。

STEP 02
ご質問を入力してください。



STEP 01

STEP 02

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。



【CS連絡先 & 営業時間】

050-5369-0949

support@steadyjapan.zendesk.com

受付時間: 月~金 9:00~17:00(祝日・お盆・年末年始を除く)

【製品のシリアルナンバーの確認方法】

フィットネスバイクのシリアルナンバー(製造ロット)は、モニター裏面の電池蓋に貼られたラベルに記載されています。お問い合わせの際にお知らせください。

■ 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。

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：P11）
- ・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 祐希



