

スピンバイクPro 取扱説明書

組立て動画



STEADY スピンバイクPro 組立て方法



■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「スピンバイクPro」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。

安全上の注意事項

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 / 安全な使用に支障をきたす可能性のある方 / 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 / 健康状態に異常を感じている方
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。体の痛み / 胸部の圧迫感 / 動悸 / 息切れ / めまい / 吐き気 / 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。
3. 製品の仕様を理解した上で安全にご使用いただけない場合、事故や怪我を引き起こす可能性があるため、16歳未満の方は本製品の使用をお控えください。
4. 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。
5. 本製品の耐荷重は**最大125kg**です。
6. 本製品の連続使用時間は**最大120分**です。120分を経過した場合は、使用と同程度の時間、製品を使用せずクールダウンの時間を設けてください。長時間の使用は製品の故障や劣化の原因となる可能性があります。

組立て前の注意事項

1. 組立て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。床の凹みや傷を防止するため、組み立て時は床へマットなどを敷き、その上で作業してください。
2. 本製品の組立てや持ち運びの際に、製品に手や指を挟まないようご注意ください。
3. 本製品を持ち上げたり移動させたりする場合は、腰痛を引き起こす原因となる場合があるため、腰に負担がかからないよう重量物を取り扱う際の適切な姿勢や動作をしてください。
4. ご自分で分解、修理、改造を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のでおやめください。

ご使用前に必ずご確認ください

ご使用いただく前に、ガタつき、グラつき、軋み音がないかどうか必ず確認してください。不具合がある場合は、以下をご確認ください。

- ・ いくつかのボルトやナットが緩んでいる場合があります。付属の工具を使用し、締め直してください。
- ・ **調節ノブが調節穴に噛み合っているか確認し、緩んでいる場合は時計回りに回して固定してください。**
- ・ 各土台の左右に付属しているカバーをご確認ください。取り付けが緩んでいる場合、グラつきや不安定感などの原因となります。

■ 製品仕様について

サドルの高さ調節	7段階	耐荷重	最大125kg
ハンドルの高さ調節	5段階	連続使用時間	最大120分
製品重量	約41kg		



■ 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。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。

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。機能ボタンは強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た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：P19）。
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。あらかじめご了承ください。

1.本体	2.土台後	3.土台前(車輪付き)	4.サドルチューブ	5.サドルポスト	6.サドル
7.ハンドルチューブ	8.ハンドル	9.表示モニター	10.ペダル×2	11.ペダルナット×2*	12.土台接続 ボルト×4*
13.土台接続 ワッシャー×4*	14.土台接続 ナット×4*				
15.高さ調整ノブ×2	16.サドル前後 調整ノブ*				
17.サドル前後調整 ワッシャー*	18.ハンドル接続 ナット×4*				
19.スパナ小 (13mm,15mm)	20.スパナ大 (17mm,19mm)				

「※」はお届け時に部品に付属しています。

■ 組立て手順

組立て前にご確認ください

1. 床材の凹みや傷を防止するため、組立て時は床へマットなどを敷き、その上で作業してください。組立て後は水平で安定した床面の上に設置し、毛足の長いカーペットや不均一な表面に置かないでください。
2. ご使用前には毎回、各部品が緩みがなく固定されているか必ずご確認ください。緩みがあると、ガタつきやグラツキの原因となる場合があります。

STEP

01

土台を本体に取り付けます

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



2.土台後



3.土台前(車輪付き)



12.土台接続ボルト*



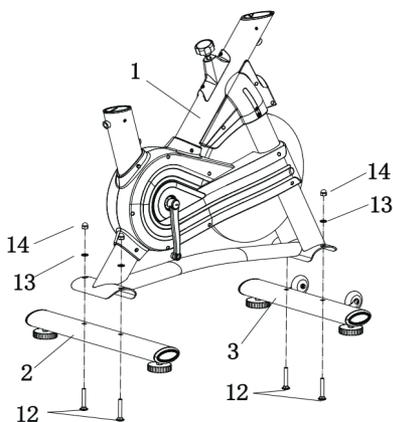
13.土台接続
ワッシャー*



14.土台接続ナット*



20.スパナ大
(17mm,19mm)



1

土台に付属している、⑫土台接続ボルト / ⑬土台接続ワッシャー / ⑭土台接続ナットを取り外します。



2

①本体と②土台後の取り付け穴を合わせ、土台下から③土台接続ボルトを通します。上から④土台接続ワッシャー/⑤土台接続ナットを取り付け、⑥スパナ大(17mm)を使用し固定します。
※17mmのスパナを使用します。



⚠ 注意

土台の取り付け時に、指を挟まないようご注意ください。

3

③土台前(車輪付き)も同様に組立てます。



⚠ 注意

③土台接続ボルト④土台接続ワッシャー⑤土台接続ナットが緩んでいると、異音やがたつきの原因となります。②土台後③土台前ともに、⑥スパナ大を使用しきつく固定してください。

4

水平アジャスターにて最適な水平具合に調整可能です。高くしたい場合には右向きに、低くしたい場合には左向きに、⑥スパナ大(17mm)を使用し回します。



⚠ 注意

高さが均でない場合、製品のぐらつきの原因となります。水平アジャスターの高さは均一になるよう調整してください。

STEP 02

本体にサドルを固定します

STEP 2で使用する部品リスト

「*」は部品に付属しています。

1.本体



(A)

4.サドルチューブ



(B)

5.サドルポスト



(C)

6.サドル



(D)

15.高さ調整ノブ



(E)

16.サドル前後調整ノブ*



(F)

17.サドル前後調整ワッシャー*

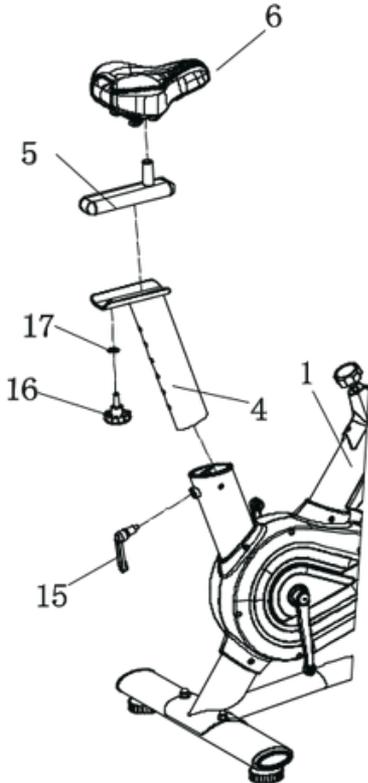


(G)

19 スパナ小
(13mm,15mm)



(H)



1

④本体に⑤高さ調整ノブを仮留めます。
⑤高さ調整ノブを引き、④本体に⑥サドルチューブを挿し込みます。高さが決まったら⑤高さ調整ノブを時計回りに回し、動かなくなるまで締めます。



⚠注意



⑥サドルチューブの高さ調整穴と⑤高さ調整ノブが噛み合っていない場合、ノブ内部のバネが浮き出てしまいます。穴同士が噛み合うことで解消されますので高さの調整を行ってください。

2

㉔サドルポストに㉓サドルを取り付けます。㉕スパナで左右均等に六角ナットを締め付けます。



⚠ 注意

- ・サドルポストを取り付ける位置にご注意ください。
- ・六角ナットの締め付けは十分に行ってください。ガタつきの原因となり、事故に繋がる場合があります。

3

㉖サドルチューブにはカバーが付属しています。付けたままご使用ください。



⚠ 注意

カバーを外して使用すると、ガタつきの原因となります。

4

㉗サドルチューブに㉔サドルポストを取り付けます。
㉘サドル前後調整ノブと㉔サドル前後調整ワッシャーを締めて固定します。



STEP 03

本体にハンドルを固定します

STEP 3で使用する部品リスト

「*」は部品に付属しています。

1.本体



(A)

7.ハンドルチューブ



(B)

8.ハンドル



(C)

15.高さ調整ノブ



(D)

18.ハンドル
接続ナット*

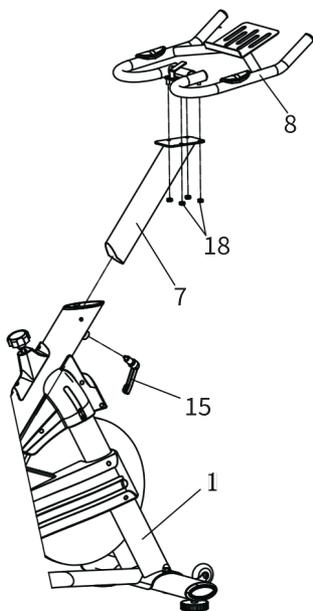


(E)

19.スパンナ小
(13mm,15mm)



(F)



1

①高さ調整ノブを(A)本体に仮留めます。



2

②(A)本体内部から出ているケーブルと(B)ハンドルチューブのケーブルを「カチッ」となるまで挿し込みます。



3

㉔ 高さ調節ノブを引っ張りながら㉑ハンドルチューブを㉒本体に挿し込みます。高さが決まったら
㉕ 高さ調整ノブを時計回りに回し、動かなくなるまで締めます。



⚠ 注意



㉑ハンドルチューブの高さ調整穴と㉕高さ調整ノブが噛み合っていない場合、ノブ内部のバネが浮き出てしまいます。穴同士が噛み合うことで解消されますので高さの調整を行ってください。

4

㉖ハンドルに取り付けてある㉗ハンドル接続ナットを一度外します。



5

㉘ハンドルを㉑ハンドルチューブの取り付け穴に合わせます。㉗ハンドル接続ナットを樹脂の見える部分を床側にして挿し込み、㉙スパナ小(13mm)を使用し固定します。



*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床側にし、㉙スパナで締め樹脂を貫通させてください。

⚠ 注意

緩み防止のため、㉗ハンドル接続ナットの樹脂が貫通するまで㉙スパナ小で締め付けてください。締め付けが十分でない、ガタつきの原因になります。

STEP

04

ハンドルに表示モニターを固定します

STEP 4で使用する部品リスト

8.ハンドル



9.表示モニター



1

① ①ハンドルに②表示モニターをスライドさせて固定します。



2

② ②表示モニターの裏には、ケーブル差込口があります。「SENSOR」は本体部分から出ているケーブルを、「PULSE」には①ハンドルから出ているケーブルを挿し込みます。



3

③ ③表示モニターに乾電池を入れます。③表示モニター裏の電池カバーを外し、単三乾電池2本を入れます。正しく乾電池がセットされると、液晶画面に数値が表示されます。



STEP 05

本体にペダルを取り付けます

STEP 5で使用する部品リスト

「*」は部品に付属しています。

1.本体



A

10.ペダル



B

11.ペダルナット*



C

19.スパナ小
(13mm,15mm)



D

20.スパナ大
(17mm,19mm)



E

1

ペダルベルトには右「R」、左「L」の刻印がされています。刻印がされている方を表にしてください。



2

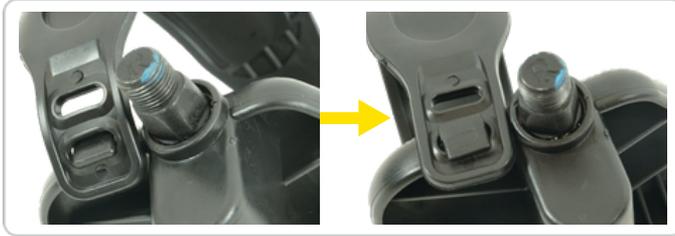
Ⓑペダルには、右「R」、左「L」のシールが貼られています。本体側にも同様の表記があることを確認してください。



3

ペダルベルトを⑥ペダルに取り付けます。

⑥ペダルの内側(クランク接続側)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。下から上へ引き上げる際には強く引っ張り、取り付けてください。⑥ペダル外側も同様の方法で取り付けます。



4

一度⑥ペダルに付いている⑦ペダルナットを取り外します。



5

①本体に⑥ペダル右側を取り付けます。⑥ペダル側のナットを、⑧スパナ小(15mm)を使用し「時計回り」に止まるまで回します。



⚠ 注意

⑥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。

6

⑧ペダル右側に③ペダルナットを挿し込みます。⑧ペダル右側を④スパナ小(15mm)で固定しながら、③ペダルナットを⑤スパナ大(19mm)を使用し「反時計回り」に回し固定します。



7

⑧ペダル左側を取り付けます。⑧ペダル側のナットを、④スパナ小(15mm)を使用し「反時計回り」に止まるまで回します。



8

⑧ペダル左側に③ペダルナットを挿し込みます。⑧ペダル左側を④スパナ小(15mm)で固定しながら、③ペダルナットを⑤スパナ大(19mm)を使用し「時計回り」に回し固定します。



 注意

⑧ペダルが回転しなくなるまで十分に④スパナ小⑤スパナ大で締めます。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、⑧ペダルに緩みがないか確認してから使用してください。

STEP 06

サドルとハンドルの高さを調整します

①サドルの高さ調整について

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の高さに設定します。



②サドルの前後位置調整について

片手でサドル前後調整ノブを回して緩め、もう片方の手でサドルを前後に移動させます。ハンドルを握る位置(脈拍センサー)に合わせ、肘が少し曲がる距離感でサドルを前後させます。必要な位置まで調整した後、サドル前後調整ノブをきつく締め直します。



③サドルの角度調整について

サドルに付属している六角ナットを緩め、サドルの角度調整を行います。漕ぎやすい角度に調整したら六角ナットをきつく締め直します。



④ハンドルの高さ調整について

自分の身長やサイクリングの経験値に合わせて、ハンドルを適切な高さに設定します。

初心者の場合：
ハンドルの位置はサドルよりもやや高めに調整します。



経験者の場合：
ハンドルとサドルの高さを同じ高さにするか、ハンドルがサドルに対してやや低めに調整します。



■ 製品の使用方法について

1 負荷調整について

「スピンバイクPro」は磁気抵抗・非接触タイプを使用しており、無段階負荷調整となっています。「+」(時計回り)に回すと抵抗が大きくなり、「-」(反時計回り)に回すと抵抗が小さくなります。スプリングが通常の状態に戻ると、最小負荷となります。

⚠ 注意

・「+」(時計回り)に回しすぎず、最大負荷の状態で使用しないでください。ブレーキラバーがフライホイールに触れ、異音の原因となります。その際は「-」(反時計回り)に回し、負荷を軽くしてください。



2 運動中の停止方法について

運動中に停止したい場合には、画像のように負荷調整ノブを押しブレーキをかけてください。

⚠ 注意

・必要以上にブレーキをかけると、本体内部のブレーキラバーが摩耗して薄くなります。抵抗を高める目的ではブレーキしないでください。
・高速で走行すると、フライホイールの回転はすぐに停止できません。脚の力でフライホイールを止めようとせず、適度にブレーキをかけながら停止してください。フライホイールが完全に停止するまで、バイクを降りないでください。



3 移動方法について

本製品は、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付く可能性があります。床への傷対策を行なってください。



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。

各項目の説明

- 「SCAN」が表示されている時
各項目を「1 TIME、2 DISTANCE、3 CALORIES、4 PULSE、5 RPM、6 SPEED」の順にモニター最上部に繰り返し表示します。
*5 RPM、6 SPEEDはモニター右下で交互に表示します。
- 「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、モニター最上部に固定して表示することができます。



YouTubeにモニターの解説動画をご用意しています。



STEADY スピンバイク Pro 表示モニターの使用法 Q

操作方法

使用開始と停止方法

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。
ボタンのいずれも押されないうちに、運動を中止して4分が経過すると自動的に表示が消えます。

RESET(リセット)

電池を交換した際、または長押し(3秒以上)で現在の表示項目がすべてリセットされます。
特定の項目だけをリセットすることはできません。

時間、走行距離、心拍数、カロリーの目標値設定

- MODE ボタンを押して、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。
*SCAN モード中は目標値の設定ができません。
- SET ボタンを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。)
- MODE ボタンを押して「TIME」まで一巡すると SCAN モードになります。
- ペダルを漕いでいる時は、SET ボタンを押しても数値を設定できません。ペダルが停止している状態で設定してください。
- 運動を開始してから、あらかじめ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。
- 目標値設定を行わずに運動を開始すると数値が自動でカウントされます。

I よくあるご質問・トラブルシューティング

<p>バイクのガタつき</p>	<p>全体が傾いている場合は、土台のアジャスター部分を回し、高さを調節してください。(参考:P5) サドルががたつく場合は、高さ調整ノブ、サドル下の六角ナット、サドル前後調整ノブを締め直してください。(参考:P6。P7) ハンドルががたつく場合は、高さ調整ノブとハンドル接続ナットを締め直してください。(参考:P9)</p>
<p>モニターの表示不良 異音</p>	<p>ケーブルとモニターの接続状況を再確認し、電池交換をお試しください。(参考:P10)</p>
<p>異音</p>	<p>ボルトやナットを付属の工具を使用しきつく締め直してください。 土台接続ボルトや土台接続ナットが緩んでいる場合は、異音だけでなくがたつきが発生する可能性もあります。(参考:P5) 負荷が高すぎる場合にも、プレーキレバーがフライホイールに触れ、異音の原因となります。負荷を軽くしてご使用ください。(参考:P15)</p>
<p>ペダルの異音</p>	<p>スパナを使用し、ペダルとペダルナットをきつく締め直してください。(参考:P13)</p>
<p>モニターに表示される 心拍数が不正確</p>	<p>本製品は医療機器ではないことを予めご了承ください。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。(参考:P16)</p>
<p>表示モニターの小傷</p>	<p>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:P16)。</p>

Ⅰ カスタマーサポートへ連絡したい場合

ご不明点やご質問がございましたら、いつでもSTEADYカスタマーサポートまでご連絡ください。

LINEでのお問い合わせ



”購入後ご相談“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でのメール送信

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

受付時間：平日 9:00～17:00（土日祝日・お盆・年末年始を除く）
050-5369-0949 / support@steadyjapan.zendesk.com

※金曜17:00以降ならびに土日祝日に頂いたお問い合わせは、休業日明けの翌営業日より順次ご返信いたします。回答までお時間を頂戴いたしますが、あらかじめご了承ください。

■ アフターサービス

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、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：P19）。
- 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。STEADYカスタマーサポートです。
お客様の声と元に、みなさまが笑顔に
なれるよう努めることが私たちの使命です。
これから一緒に歩んでいけるように。
“STEADY応援係サポーター” 小島 一生

