

フィットネスバイク 背もたれ付き 取扱説明書

組立て動画



STEADY フィットネスバイク 背もたれ付き 組立て動画



トレーニング動画



STEADY フィットネスバイク 背もたれ付き 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 背もたれ付き」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. 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. 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。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。
4. 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。
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。
6. 本製品の耐荷重は**最大120kg**です。
7. 本製品の連続使用時間は**最大120分**です。使用時間が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。

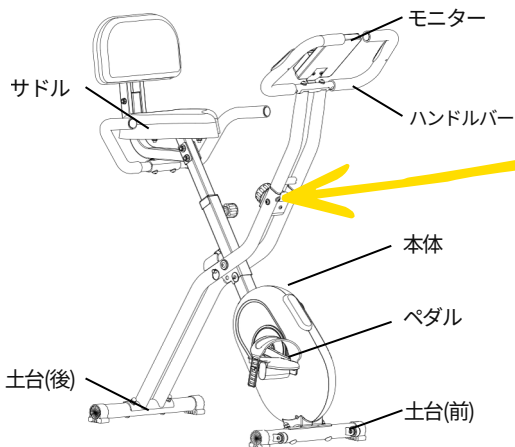
ご使用前に必ずご確認ください

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。

- いずれ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。

I 製品の仕様について

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



負荷調節ノブを回して負荷を16段階に調節できます。
ご自身の体力に合わせて負荷を調節してください。

I 動画のご案内

YouTubeに動画をご用意しています。QRコードを読み取るか、YouTubeで検索してご確認ください。

》 組立て動画







































》 トレーニング動画



■ 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：P22）。
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） 	4. 土台用ボルト×4 	5. 土台用ワッシャー×4 
	6. 土台用ナット×4 	7. ペダル（左・右） 	8. サドル 	9. サドル用ワッシャー×3 
10. サドル用ナット×3 	11. サドルポスト 	12. 背もたれラック 	13. 背もたれパッド 	14. 背もたれパッド用ボルト×4 
15. 背もたれパッド用ワッシャー×4 	16. 背もたれラック用ボルト×2 	17. 背もたれラック用ワッシャー×2 	18. 背もたれラック用ナット×2 	19. 背もたれハンドルバー 
20. 背もたれハンドルバー用ワッシャー×2 	21. 背もたれハンドルバー用ボルト×2 	22. 調節ノブ 	23. 上部フレーム 	24. 上部フレーム用平ワッシャー×2 
25. 上部フレーム用湾曲ワッシャー×2 	26. 上部フレーム用スプリングワッシャー×4 	27. 上部フレーム用ボルト×4 	28. ハンドルバー用湾曲ワッシャー×2 	29. ハンドルバー用スプリングワッシャー×2 
30. ハンドルバー用ボルト×2 	31. ハンドルバー 	32. モニター 	33. 電池×2 	34. モニター用ボルト×2 
35. 六角レンチ 	36. スパナ（13mm, 15mm） 	37. ペダル用スパナ 	38. 固定ピン 	

「※」はお届け時に部品に付属しています。
「※※」は使用箇所は異なりますが同一部品です。

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、ガタつきやグラつきの原因となる場合があります。
3. 本製品では一部に樹脂ナットを使用します。どの工程でも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。



STEP

01

土台を取り付けます

STEP1で使用する部品リスト

「※」は部品に備え付けられています。

1. 本体



2. 土台 (後)



3. 土台 (前)



4. 土台用ボルト



5. 土台用ワッシャー



6. 土台用ナット

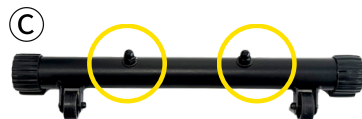
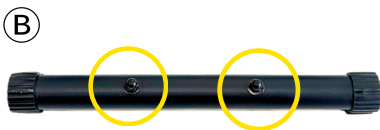


36. スパナ



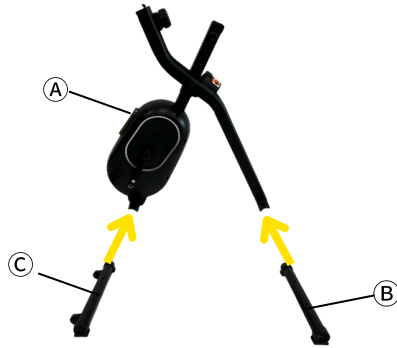
1

- ① ② 土台 (後)、③ 土台 (前) のそれぞれに付属している、④ 土台用ボルト、⑤ 土台用ワッシャー、⑥ 土台用ナットを、⑦ スパナ (13mm) を使用し取り外します。



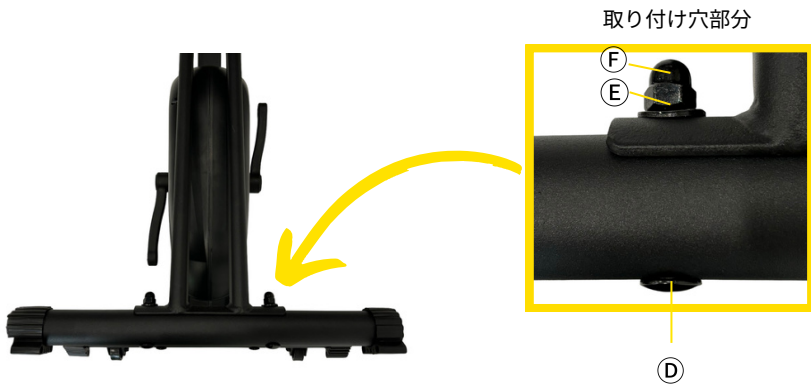
2

① 本体の取り付け穴と ② 土台（後）、③ 土台（前）の取り付け穴をそれぞれ合わせます。



3

④ 土台（後）、⑤ 土台（前）の下から ⑥ 土台用ボルトを通します。上から⑦ 土台用ワッシャー、⑧ 土台用ナットの順に接続し、⑨ スパナ（13mm）で固定します。



▲ ⑥ 土台用ボルトは ⑧ 土台用ナットの浮きがなくなる状態まできつく固定してください。各部品が緩んでいる場合は、異音やガタつきの原因となる可能性があります。

3

② ペダルに付属しているペダルナットを、右ペダルのナットは時計回り、左ペダルのナットは反時計回りに回して取り外します。逆方向に回すとさらに固着し、取り外せなくなりますのでご注意ください。



4

右のペダルを取り付けます。① 本体に ② ペダルを挿し込み、③ スパナ（15mm）を使用し、② ペダルに付属している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、④ 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②ペダルを取り付ける際には、②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。



- ⚠ ②ペダルは地面と平行の状態で ① 本体に挿し込んでください。平行でない場合、クランク部分が摩擦し、②ペダルの抜け落ち、連結不良、異音の原因となります。
- ⚠ ②ペダルは回転しなくなるまで十分に固定してください。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。
- ⚠ ②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。ご使用前に緩みが無いか確認してください。

STEP

03

サドルを組立てます

STEP3で使用する部品リスト

「※」は部品に備え付けられています。

8. サドル

(A)



9. サドル用
ワッシャー

(B)



※

10. サドル用ナット

(C)



※

11. サドルポスト

(D)



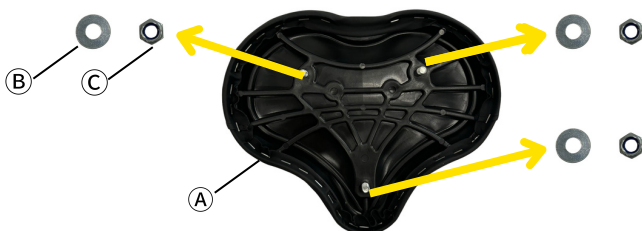
36. スパナ

(E)



1

(A) サドルに付属している (B) サドル用ワッシャー、(C) サドル用ナットを取り外します。

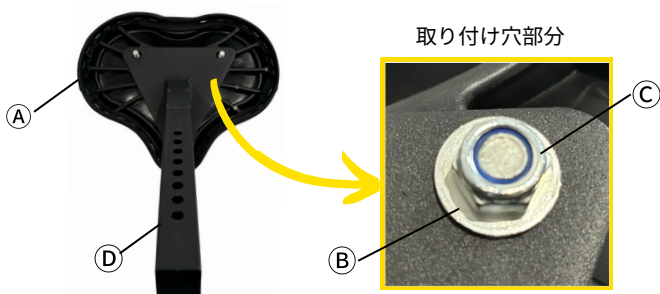


2

(A) サドル裏と (D) サドルポストの取り付け穴を合わせます。

3

取り付け穴に (B) サドル用ワッシャー、(C) サドル用ナットの順に挿し込み、(E) スパナ (13mm) で固定します。



⚠ (C) サドル用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。



STEP

04

背もたれラックに背もたれパッドを取り付けます

STEP4で使用する部品リスト

「※」は部品に備え付けられています。

12. 背もたれラック

(A)



13. 背もたれパッド

(B)



14. 背もたれパッド用ボルト

(C)



15. 背もたれパッド用ワッシャー

(D)



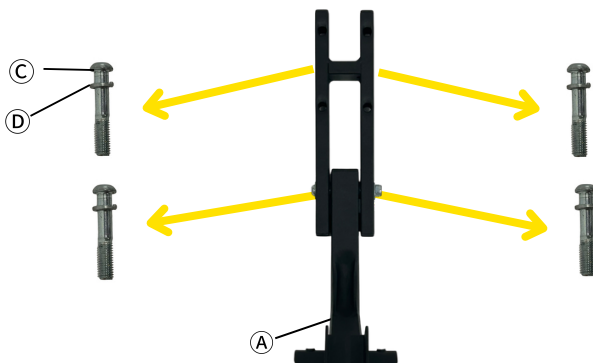
35. 六角レンチ

(E)



1

(A) 背もたれラックに付属している (C) 背もたれパッド用ボルト、(D) 背もたれパッド用ワッシャーを (E) 六角レンチを使用し取り外します。

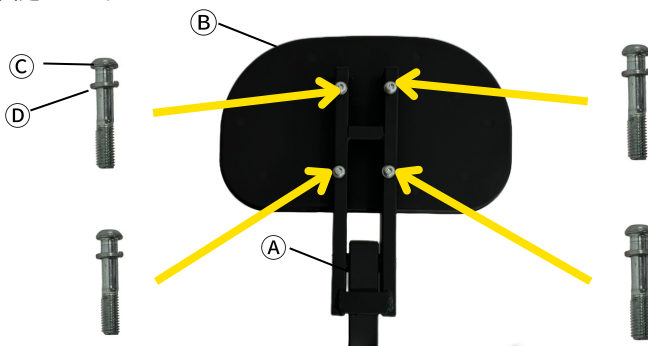


2

(A) 背もたれラックに (B) 背もたれパッドを重ねます。

3

(D) 背もたれパッド用ワッシャー、(C) 背もたれパッド用ボルトの順に取り付け、(E) 六角レンチを使用し固定します。



STEP

05

サドルポストに背もたれラックを取り付けます

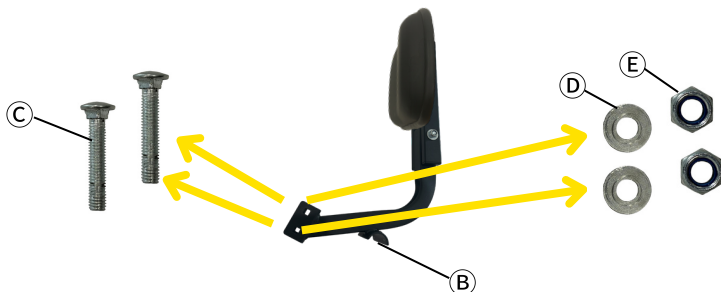
STEP5で使用する部品リスト

「※」は部品に備え付けられています。



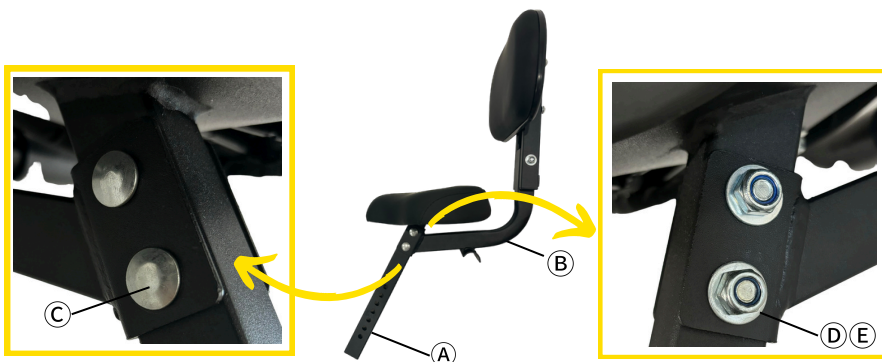
1

- ① ② 背もたれラックを開きます。③ 背もたれラックに付属している ④ 背もたれラック用ボルト、⑤ 背もたれラック用ワッシャー、⑥ 背もたれラック用ナットを取り外します。



2

- ② ① サドルポストの取り付け穴に ② 背もたれラックを合わせます。取り付け穴の片側から ③ 背もたれラック用ボルトを挿し込み貫通させます。もう片側から ④ 背もたれラック用ワッシャー、⑤ 背もたれラック用ナットの順に挿し込み、⑥ スパナ（13mm）を使用し固定します。



STEP

06

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

STEP6で使用する部品リスト

「※」は部品に備え付けられています。

12. 背もたれラック



19. 背もたれ
ハンドルバー



20. 背もたれハンドル
バー用ワッシャー



21. 背もたれハンドル
バー用ボルト

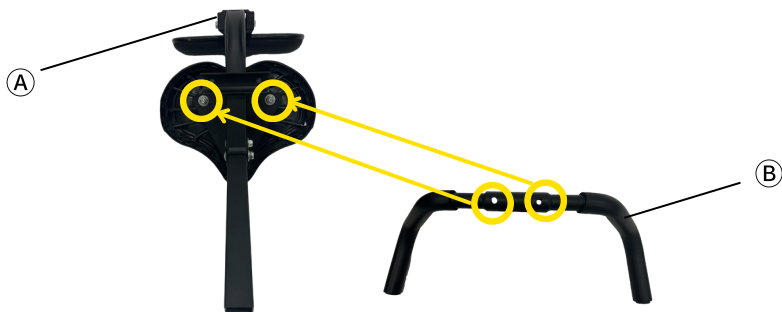


35. 六角レンチ



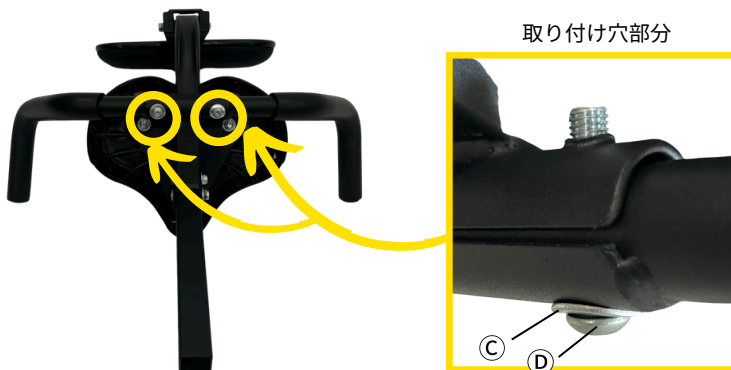
1

① 背もたれラック、② 背もたれハンドルバーそれぞれに空いている2つの穴を重ねます。



2

取り付け穴に③ 背もたれハンドルバー用ワッシャー、④ 背もたれハンドルバー用ボルトの順に取り付け、⑤ 六角レンチを使用し固定します。



STEP

07

サドルポストを取り付けます

STEP7で使用する部品リスト

1. 本体

A



11. サドルポスト

B



22. 調節ノブ

C



1

A 本体に C 調節ノブを押し込み、仮留めします。

2

A 本体に B サドルポストを押し込みます。サドルの高さを調節する際は、C 調節ノブを引きながら本体に空いた穴の位置に合わせてサドルを上下に動かします。サドルに座り、足を乗せたペダルが一番下にあるとき、膝が完全に伸び切る手前の状態が適切なサドルの高さになります。高さ調節後は C 調節ノブを回して固定します。

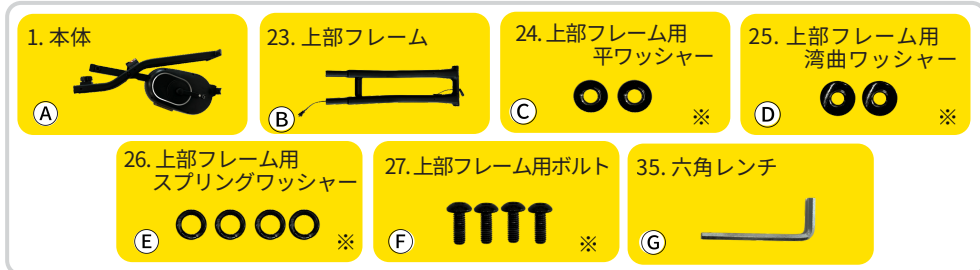


⚠ C 調節ノブが緩んでいる場合、ガタつきや異音の原因となります。C 調節ノブは回らなくなるまできつく固定してください。

上部フレームを取り付けます

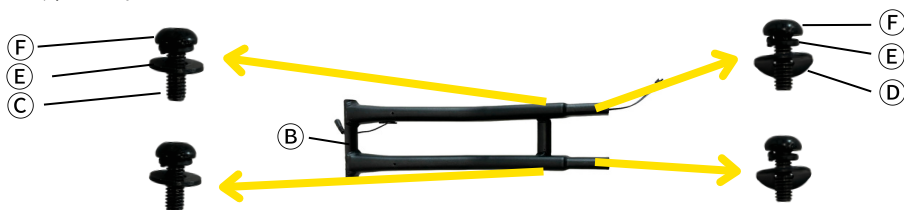
STEP8で使用する部品リスト

「※」は部品に備え付けられています。



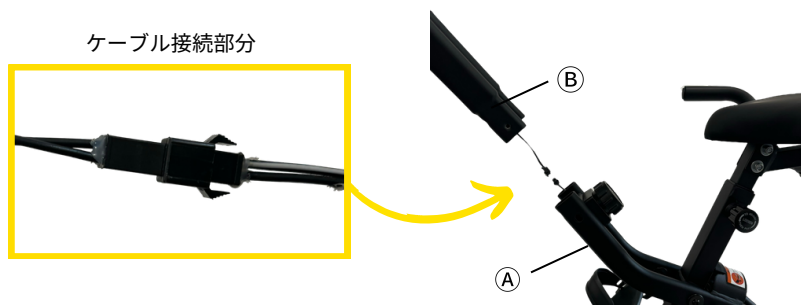
1

(B) 上部フレームに付属している、(C) 上部フレーム平ワッシャー、(D) 上部フレーム用湾曲ワッシャー、(E) 上部フレーム用スプリングワッシャー、(F) 上部フレーム用ボルトを、(G) 六角レンチを使用し取り外します。



2

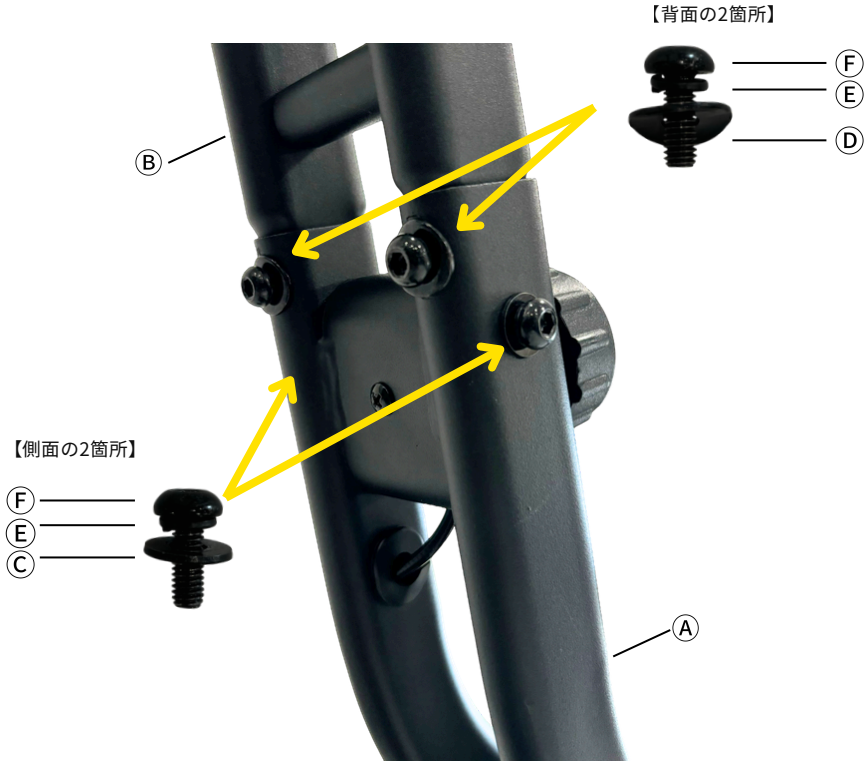
(A) 本体の上部と (B) 上部フレームの下部から出ているケーブルをそれぞれ引っ張り出します。絡まりがないか確認し、カチッと音がするまで挿し込み接続します。



⚠ 内部でケーブルが絡まる可能性がありますので、(B) 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 ② 上部フレームを挿し込みます。
取り付け穴のうち側面の2箇所には、③ 上部フレーム用平ワッシャー、④ 上部フレーム用スプリングワッシャー、⑤ 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 ⑥ 上部フレーム用湾曲ワッシャー、⑦ 上部フレーム用スプリングワッシャー、⑧ 上部フレーム用ボルトの順で取り付けます。それぞれ ⑨ 六角レンチを使用し固定します。



STEP

09

ハンドルバーを取り付けます

STEP9で使用する部品リスト

「※」は部品に備え付けられています。

23. 上部フレーム



A

28. ハンドルバー用
湾曲ワッシャー

B

※

29. ハンドルバー用
スプリングワッシャー

C

※

30. ハンドルバー用ボルト



D

※

31. ハンドルバー



E

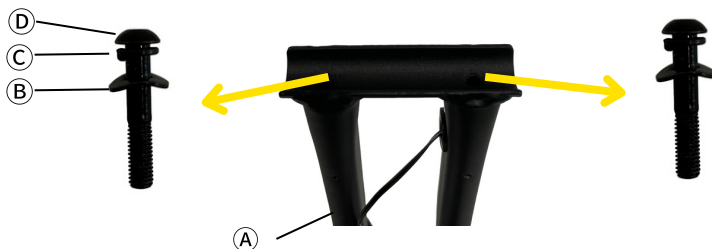
35. 六角レンチ



F

1

本体に接続した (A) 上部フレームに付属している、(B) ハンドルバー用湾曲ワッシャー、(C) ハンドルバー用スプリングワッシャー、(D) ハンドルバー用ボルトを取り外します。

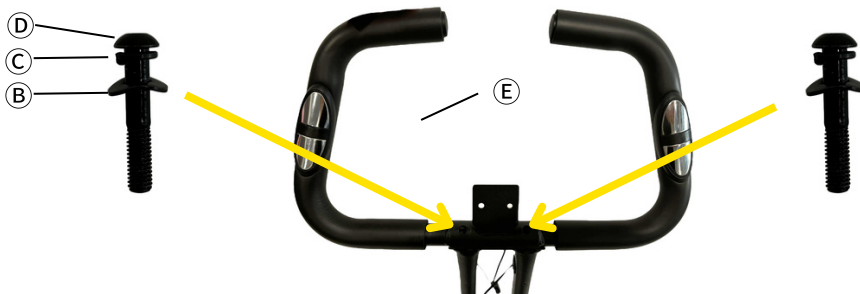


2

取り付け穴に (E) ハンドルバーを合わせます。

3

取り付け穴に (B) ハンドルバー用湾曲ワッシャー、(C) ハンドルバー用スプリングワッシャー、(D) ハンドルバー用ボルトの順に重ね、(F) 六角レンチを使用し固定します。



STEP

10

モニターを取り付けます

STEP10で使用する部品リスト

「※」は部品に備え付けられています。

31. ハンドルバー



A

32. モニター



B

33. 電池



C

34. モニター用
ボルト

D

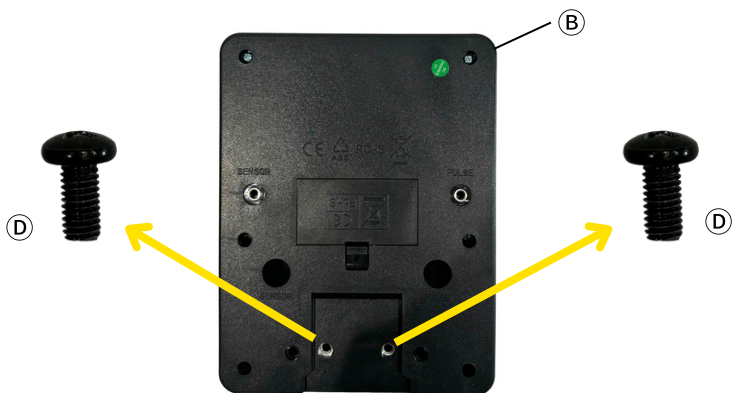
※

35. 六角レンチ



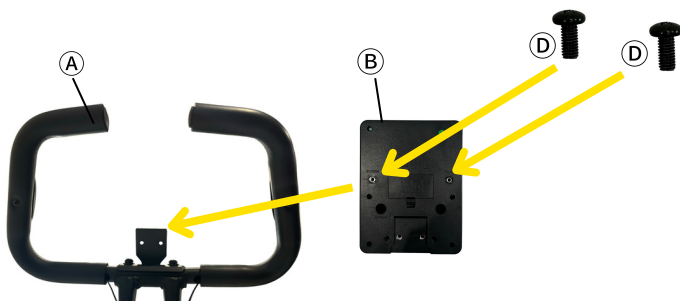
1

② モニター裏面の電池蓋を外し ③ 電池（単4電池2本）を入れます。② モニター裏面に付属している ④ モニター用ボルトを取り外します。



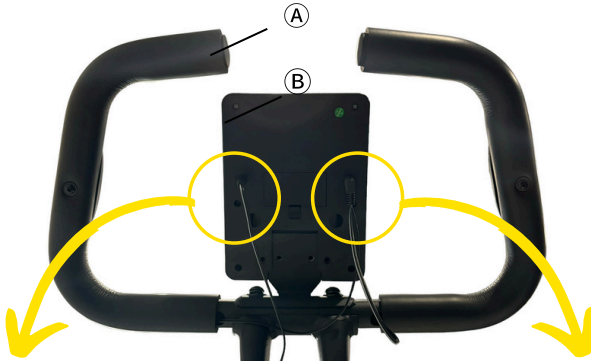
2

① ハンドルバーに ② モニターを押し込みます。裏側から ④ 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

③ モニター裏のケーブル挿し込み口にケーブルを接続します。① ハンドルバーから出ているケーブルは「PULSE」へ、上部フレームから出ているケーブルは「SENSOR」に挿し込みます。ケーブルが長く余っている場合は、ハンドルバーと上部フレームそれぞれの内側に入れ込んで収納してください。



上部フレームから出ているケーブルは
「SENSOR」へ

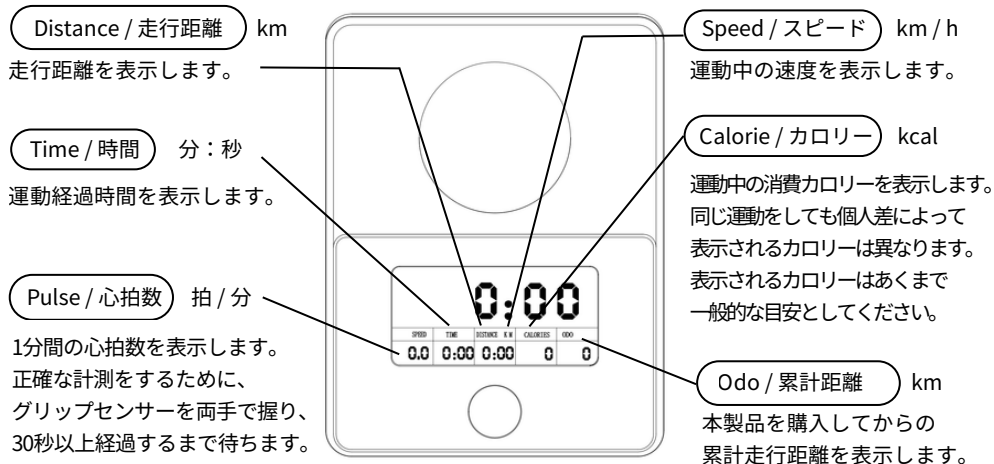
ハンドルから出ているケーブルは
「PULSE」へ

⚠ ケーブルを正しく挿し込んでいない場合、③ モニターを正しく表示することができなくなります。

I モニターの操作方法

- 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。

表示と機能



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

- 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。
- 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。ことをあらかじめご了承ください。

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。

I よくあるご質問・トラブルシューティング

部品が見つからない	お届け時にあらかじめ部品に付属しています（参考：P3）。
部品同士が連結できない	組立て後の安定性とグラつきを防ぐための設計により、一部の部品において連結しにくい場合があります。組立てが難しいと感じられた場合はSTEADYカスタマーサポートへご連絡ください（参考：P22）。スムーズな組立て方法をご案内させていただきます。
グラつく、ガタつく 不安定に感じる 軋み音がする	本製品の設置場所をご確認ください。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。
	以下の部品が緩んでいる可能性があります。付属の工具を使用しきつく締め直してください。 <ul style="list-style-type: none"> • 土台のボルト（参考：P5） • サドル裏のナット（参考：P8） • サドルの高さ調節ノブ（参考：P12） • 上部フレームのボルト（参考：P14） • ハンドルバーのボルト（参考：P15）
	輸送中や使用中に各部品が緩む場合があります。付属のスパナを使用し、締め直してください。
シートに凹みがついている	シートは柔らかい素材を使用しているため、配送中に凹みや皺がつくことがあります。時間の経過とともに解消されますので、ご安心の上、ご使用ください。
ペダルの取り付けができない	以下をご参考ください（参考：P7）。 <ul style="list-style-type: none"> • 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。平行でない場合、クランク部分が摩耗し、ペダルの抜け落ち、連結不良、異音の原因となります。 • 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固定してください。ペダルと本体それぞれに、矢印でスパナを回す向きが記載されています。

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、逆方向に回転することで補正されます。
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：P7）。
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：P18）。
モニターの不良	<p>以下をお試しください。</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 本体上部から伸びるケーブルと、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：P13）。 ● 電池交換をお試しください（参考：P16）。 ● ケーブルとモニター裏面が正しく接続できているかご確認ください（参考：P17）。
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（参考：P18）。
子どもが使用したい	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。
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。不良品ではありませんので、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	050-5369-0949までおかけください。受付時間は平日9:00-17:00となります（参考：P22）。

■ 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：P22）。
- ・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。
お客様の声を元に、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。
これからも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

