

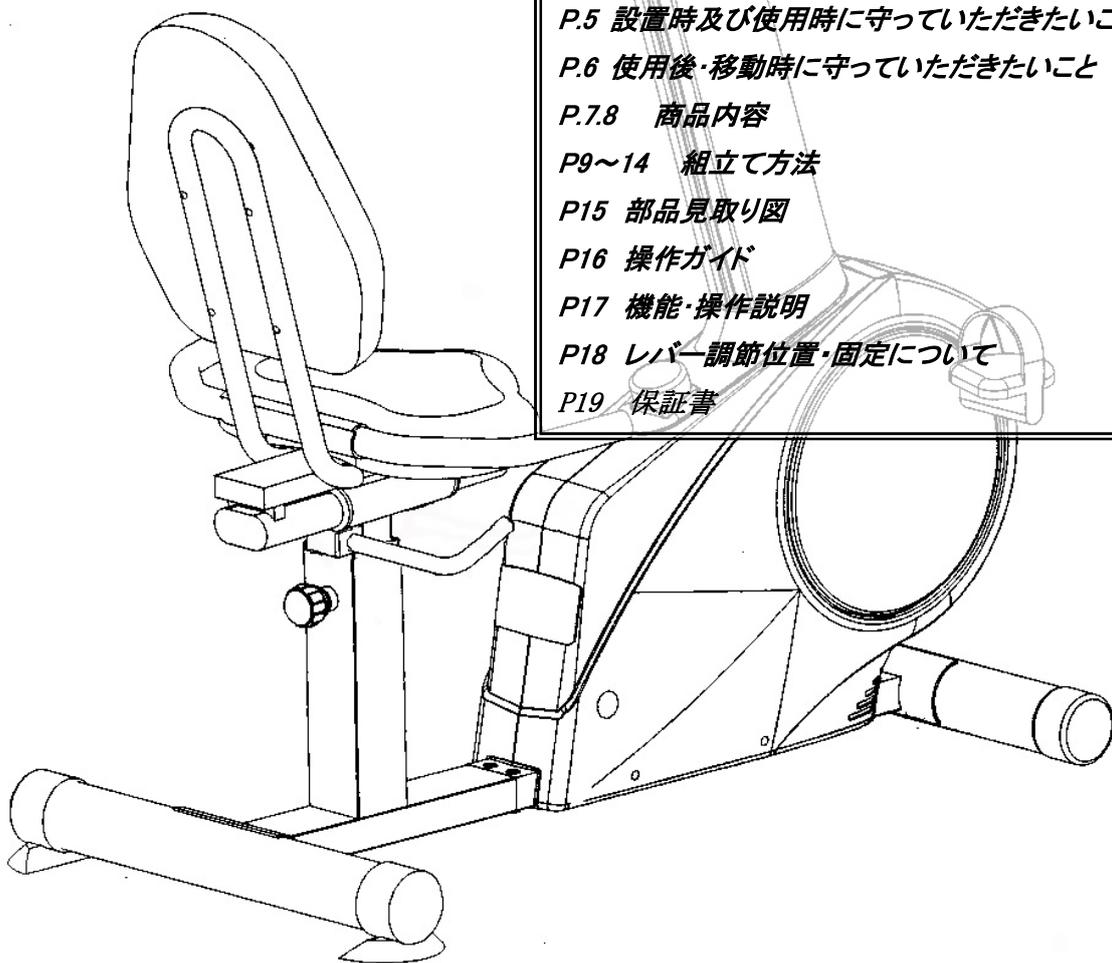
# SEG-9770 アッパーローバイク 取扱説明書

要保存

家庭用

## もくじ

- P.2 ご使用前に必ずお読み下さい
- P.3 ご使用前に守っていただきたいこと
- P.4 組み立て前に守っていただきたいこと
- P.5 設置時及び使用時に守っていただきたいこと
- P.6 使用后・移動時に守っていただきたいこと
- P.7.8 商品内容
- P.9~14 組立て方法
- P.15 部品見取り図
- P.16 操作ガイド
- P.17 機能・操作説明
- P.18 レバー調節位置・固定について
- P.19 保証書



- この度はアッパーローバイクをお買い上げいただきまして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、ご使用前にこの取扱説明書を必ずお読みください。
- 本書はいつもお手元においてご使用下さい。
- 設置場所は水平な堅い床の上に置き、十分なスペースを取ってください。
- 本機は**家庭用**です。学校、スポーツジム等、不特定多数の方々にご利用になる場所ではご使用にならないで下さい。保証対象外となります。

## ご使用前に必ずお読み下さい。

- ここに示した警告サインと図記号の例は、製品を安全に正しくお使いいただき、あなたや他の人々への危害や損害を未然に防止するためのものです。
- 警告サインと内容は次のようになっています。

警告サイン	内 容
 警告	誤った取り扱いをすると人が死亡または重傷を負う可能性が想定される内容を示します。
 注意	誤った取り扱いをすると人が傷害を負ったり物的損害の発生が想定される内容を示します。

\*物的損害とは、家屋・家財および家畜・ペットに関わる拡大損害を示します。

図 記 号 の 例	
 この記号は禁止（してはいけないこと）を示します。 具体的な禁止内容は、この記号の中や近くに文章や絵で示します。 左図の場合は“一般的な禁止”を示します。	 この記号は強制（必ず守ること）を示します。 具体的な強制内容は、この記号の中や近くに文章や絵で示します。 左図の場合は“一般的な強制”を示します。

### 警 告

本機は、健康な人を対象とした商品です。心臓病、高血圧症、糖尿病、呼吸器疾患、変形性関節症、リウマチ、痛風、妊娠中の方、その他病気や障害のある方、リハビリを目的とする方は、必ず医師と相談のうえ使用してください。

・自己判断は、健康を害する恐れがあります。

運動中、身体に異常（めまい・冷や汗・吐き気・脈拍の乱れ・動悸など）を感じたときは、ただちに運動をやめて下さい。

・健康を害する恐れがあります。

使用中、本体の周りに乳幼児を近づけないで下さい。

・駆動部に接触したり、クランクとサイドカバーの隙間に挟まれて怪我をする恐れがあります。



## 1. ご用前に守っていただきたいこと

 注 意	
運動前のウォーミングアップ、運動後のクールダウンは必ずおこなってください。 ・健康を害する恐れがあります。	
運動直後などで脈拍が上昇している場合は、脈拍が正常に戻ってから使用してください。 ・健康を害する恐れがあります。	
保護者の方は、お子様が本機で遊ばないようにご注意ください。 ・怪我をする恐れがあります。	
飲食後や疲労時、または体力の状態が平常でないときは、運動をおこなわないでください。 ・健康を害する恐れがあります。	
最大使用体重は 120Kg です。体重が 120Kg を超える方は使用しないでください。 ・使用中、破損する恐れがあります。	
コードやコネクタなどに損傷が生じたとき、本機が正常に作動しないとき、落下し破損したとき、水に濡れたとき等は使用しないでください。 ・事故やトラブルにつながる恐れがあります。	
修理、改造をおこなわないでください。 ・事故やトラブルにつながる恐れがあります。	

## 2. 組み立て時に守っていただきたいこと

 <b>注 意</b>	
<p>組み立て時、乳幼児を近づけないでください。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・部品を口にするなど事故を誘発する恐れがあります。</li> </ul>	
<p>十分なスペースを確保し、水平な場所で組み立ててください。また、床を傷つけないよう必ずシートを敷いてください。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・事故の誘発や転倒、また床が傷つく恐れがあります。</li> </ul>	
<p>ペダルのネジやボルトが確実に取り付けられているか、また、調整部が適切に調整されているか、ご使用前に必ず確認してください。</p> <p>ペダルのネジやボルトがゆるんだままで本機を使用すると怪我をする恐れがあります。</p>	
<p>コネクタは確実に接続してから使用してください。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・トラブルにつながる恐れがあります。</li> </ul>	
<p>配線接続部分は確実に挿入してください。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・コネクタピンが曲がったり、挿入が不完全だと機器のトラブルの原因となります。</li> </ul>	
<p>シートポストがしっかり固定されているかシートを上下に動かして確認してください。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・しっかり固定されていないとシートポストが落下し、怪我をする恐れがあります。</li> </ul>	
<p>シート高さ調節レバーをゆるめる時は必ずシートポストを保持してゆるめてください。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・シートポストが急に落下し、機器の損傷や怪我をする恐れがあります。</li> </ul>	
<p>ハンドルがしっかり固定されているか上下に動かして確認してください。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・しっかり固定されていないとハンドルが落下し怪我をする恐れがあります。</li> </ul>	
<p>本機は重量物であるため、無理な姿勢で持ち上げたり支えたりしないでください。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・腰痛や怪我をする恐れがあります。</li> </ul>	
<p>シートに座った状態でシート高さレバーをゆるめないでください。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・シートポストが急に落下し、機器の損傷や怪我をする恐れがあります。</li> </ul>	

### 3. 設置時に守っていただきたいこと

 注 意	
本機は水平な床の上で使用してください。畳やカーペットなどの上で使用する場合は、本機が安定していることを確認してください。 ・転倒して怪我をする恐れがあります。	
設置には乗降や運動に十分な広さを確保してください。 ・事故を誘発する恐れがあります。	
畳やカーペット、フローリング板の上で使用するときは本機の下に破れにくいシート等を敷いてください。 ・床面を傷つけたり汚したりする恐れがあります。	

### 4. 使用時に守っていただきたいこと

 注 意	
日頃、運動していない方は、徐々に運動強度を上げるようにしてください。 ・健康を害する恐れがあります。	
ご年配の方や、お子様を使用するときは必ず大人の方が付き添いのもとに使用してください。 ・怪我をする恐れがあります。	
本機は運動に適した服装や靴を履いて使用してください。 ・怪我をする恐れがあります。	
運動中はハンドルをしっかり握ってください。 ・怪我をする恐れがあります。	
運動以外の目的に使用しないでください。 ・思わぬ事故やトラブルの恐れがあります。	
シートに座った状態で横に揺すったり、ハンドルにもたれかかったり、本機の前脚を浮かすようなご使用はしないでください。 ・機器が転倒して怪我をする恐れがあります。	
ペダル、シート以外に乗ったり傾けたりしないでください。 ・転倒したり指を挟んだり怪我をする恐れがあります。	
ペダルを踏んで立ち上がった状態でペダルをこがないでください。 ・バランスを崩し、怪我をするおそれがあります。	
乗降する場合などに、ハンドルにもたれかかったり、使用中に周囲の人が本機及び使用者を押ししたり、引いたりしないでください。 ・怪我をする恐れがあります。	
ペダルのクランクとサイドカバーの隙間及びサイドカバーの開口部に手や指を入れないでください。 ・怪我をする恐れがあります。	

## 5. 使用後に守っていただきたいこと

 注 意	
本機を使用しない場合には梱包等して、別の用途に使用したり、特に幼児が触れないように注意してください。 ・怪我をする恐れがあります。	
本機を廃棄する時は、大型ゴミあるいは粗大ゴミとして自治体に回収してもらってください。 ・環境汚染の恐れがあります。	

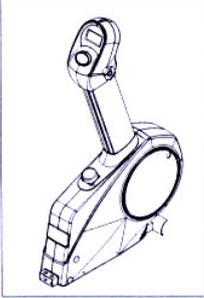
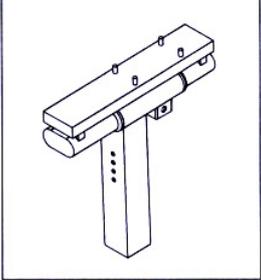
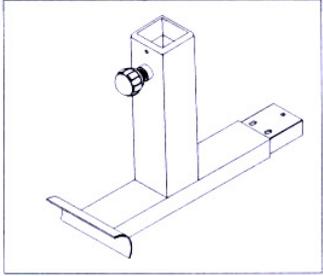
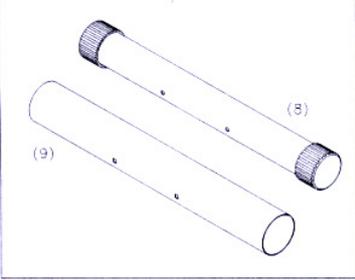
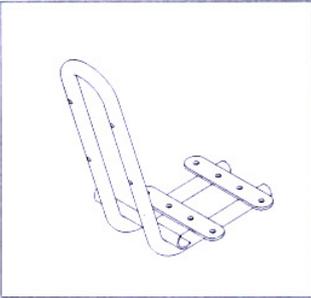
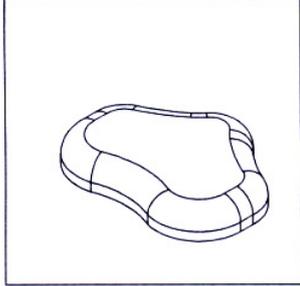
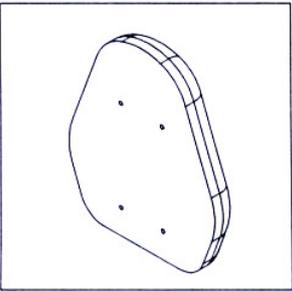
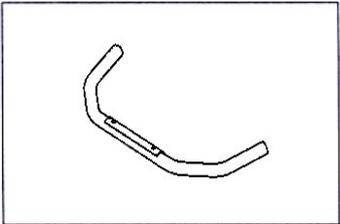
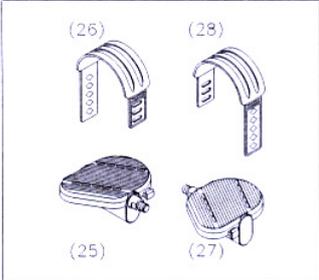
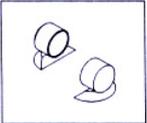
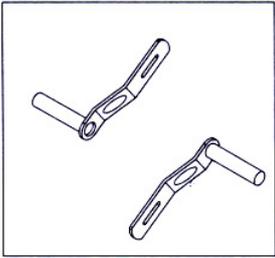
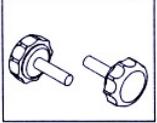
## 6. 移動するときに守っていただきたいこと

 注 意	
移動時には、本機の押し下げ過ぎや傾け過ぎに気をつけてください。 ・怪我をするおそれがあります。	
引きずるようにして移動しないでください。また、傷がつきやすい床を移動時は破れにくいシートなどを敷いてください。 ・畳やじゅうたん、床などに傷がつきます。	

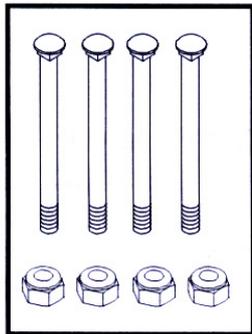
### 【お願い】

- ・ 本機を直射日光のあたる場所や火気あるいは熱源の近くに保管しないでください。
- ・ 屋外や浴室付近、湿気や埃の多いところ、水滴等がかかる場所には設置したり保管したりしないでください。  
(さびが発生したり負荷調節部にくるいが生じる恐れがあります。)
- ・ 長期間(3ヵ月以上)使用しないときは乾電池を取り出しておいてください。
- ・ 使い切った乾電池はすぐに新しいものと交換してください。
- ・ 乾電池の⊕⊖を間違えないように入れてください。
- ・ 新しい乾電池と古い乾電池を混ぜたり、種類の違う乾電池を混ぜて使用しないでください。
- ・ 本機の表示ユニットは精密な電子部品でできています。移動するとき等に衝撃を与えたり、振動の加わる場所での使用は避けてください。動作が不安定になったり破損する場合があります。
- ・ 内部に異物を入れないでください。異物が入ったままで使用すると故障の原因になります。特にお子様のいる家庭は注意してください。

# 商品内容

<p>メインフレーム (1)</p> 	<p>シートポスト (3)</p> 	<p>シートベース (2)</p> 
<p>F&amp;R スタビライザー (8) (9)</p> 	<p>シートブラケット (6)</p> 	<p>シート (36)</p> 
<p>バッククッション (96)</p> 	<p>ハンドルバー (7)</p> 	<p>ペダル (27) (28)</p> 
<p>エンドキャップ (47)</p> 	<p>ハンドルバー (51)</p> 	<p>イヤースセンサー (100)</p> 
<p>ハンドレールアジャストノブ (52)</p> 		

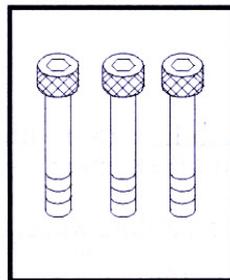
# 商品内容



F&R スタビライザーボルト

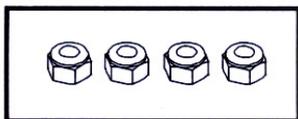
M8×85mm (79)

ナット M8 (80)



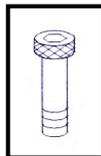
シートベースボルト

M8×45mm (85)



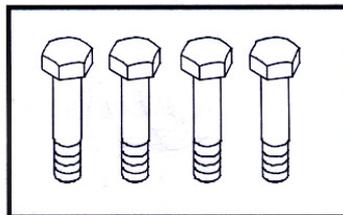
シートブラケット (取付け済み)

ナット M8 (80)



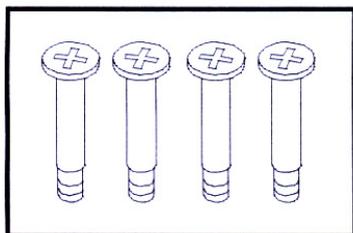
ボルト

M6×15mm (112)



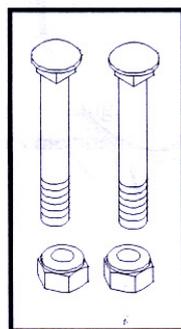
シートボルト

M8×15mm (97)



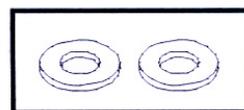
バッククッションボルト

M8×40mm (96)



シートハンドルバーボルト

M8×50mm (99) ナット M8 (80)

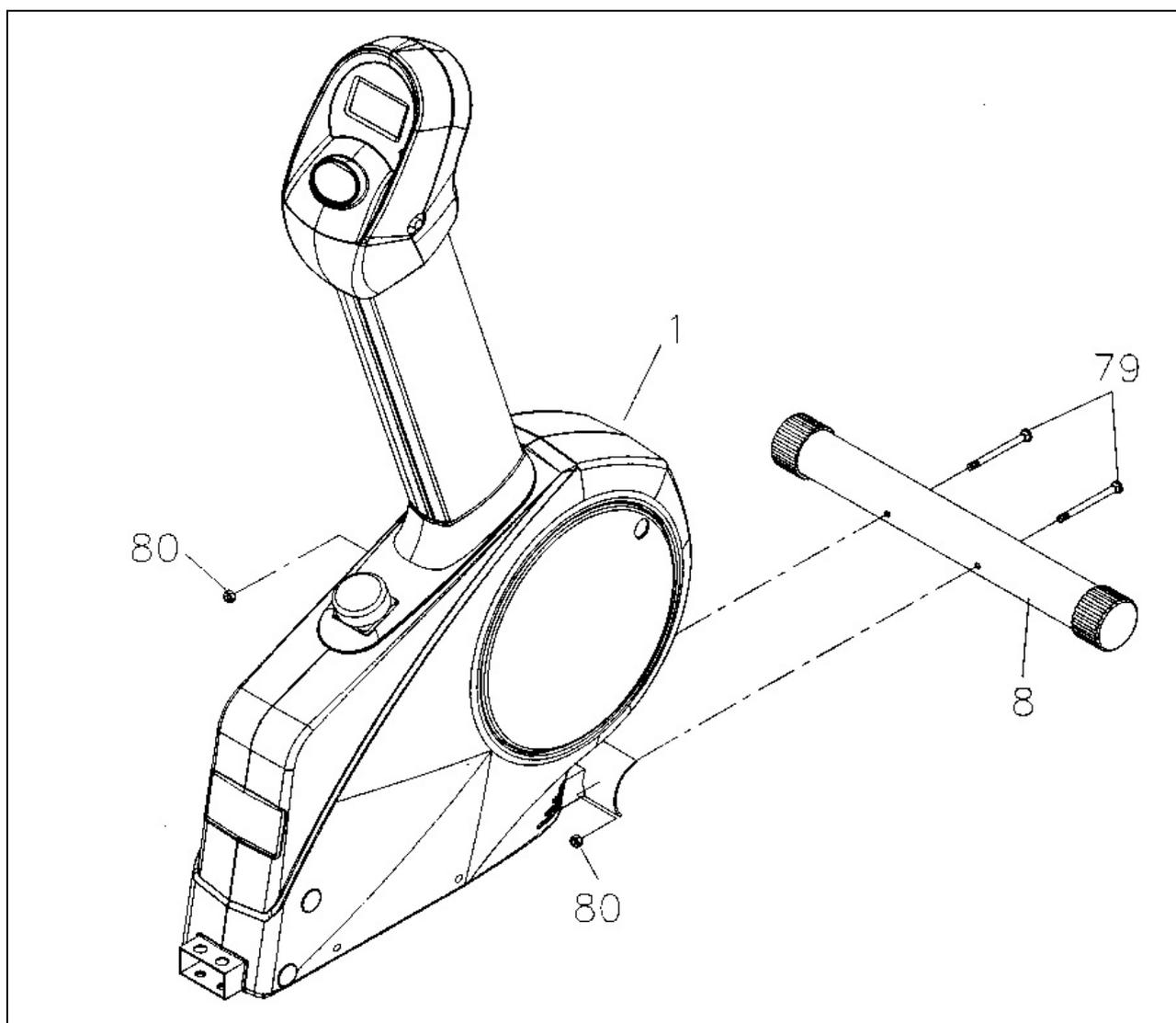


ハンドルバーワッシャー

M8 (74)

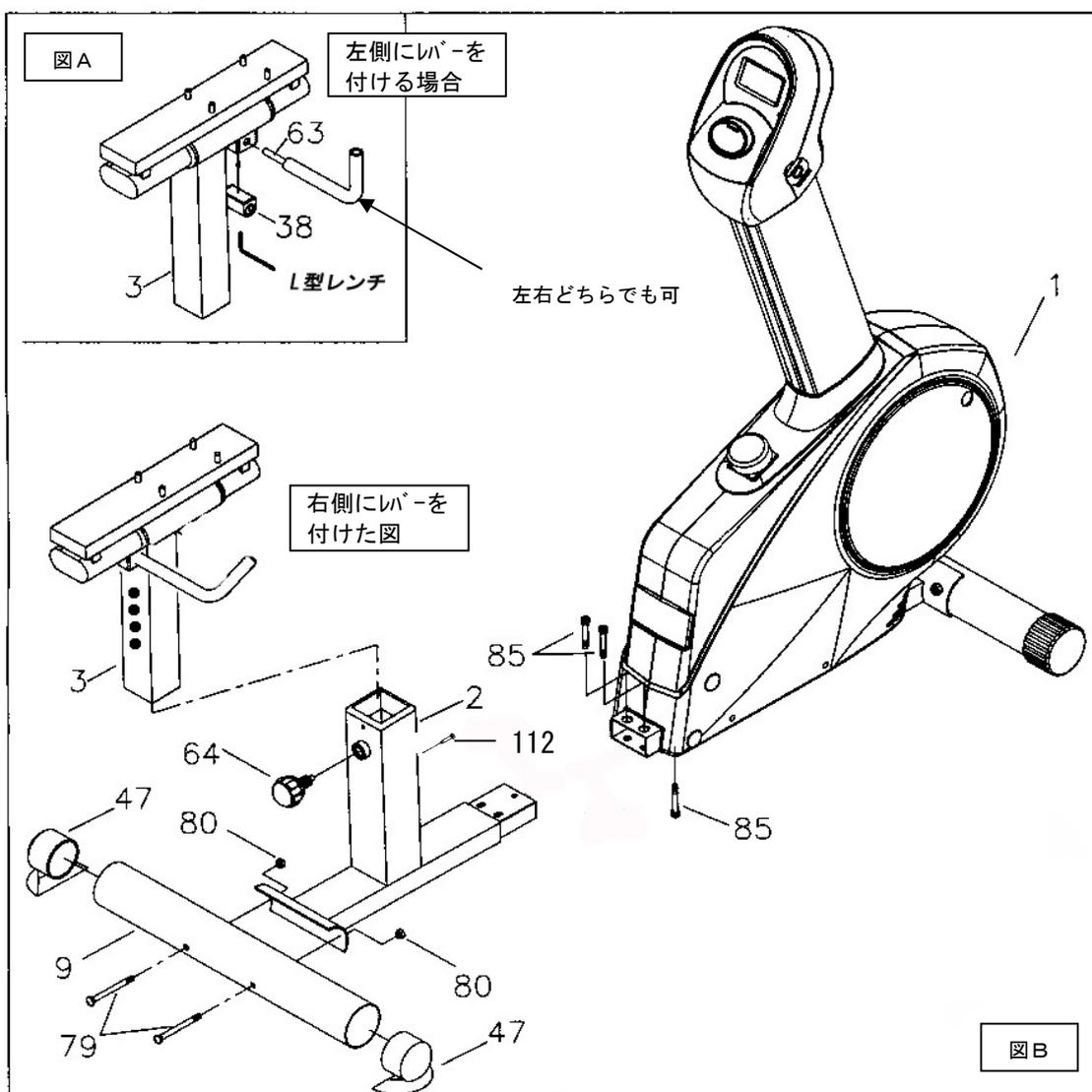
# 組立て方法

下の図を参考にF(フロント)スタビライザーを本体ホイール側のメインフレーム(1)にスタビライザーボルト M8×85mm (79) とナット M8 (80) で取り付けます。



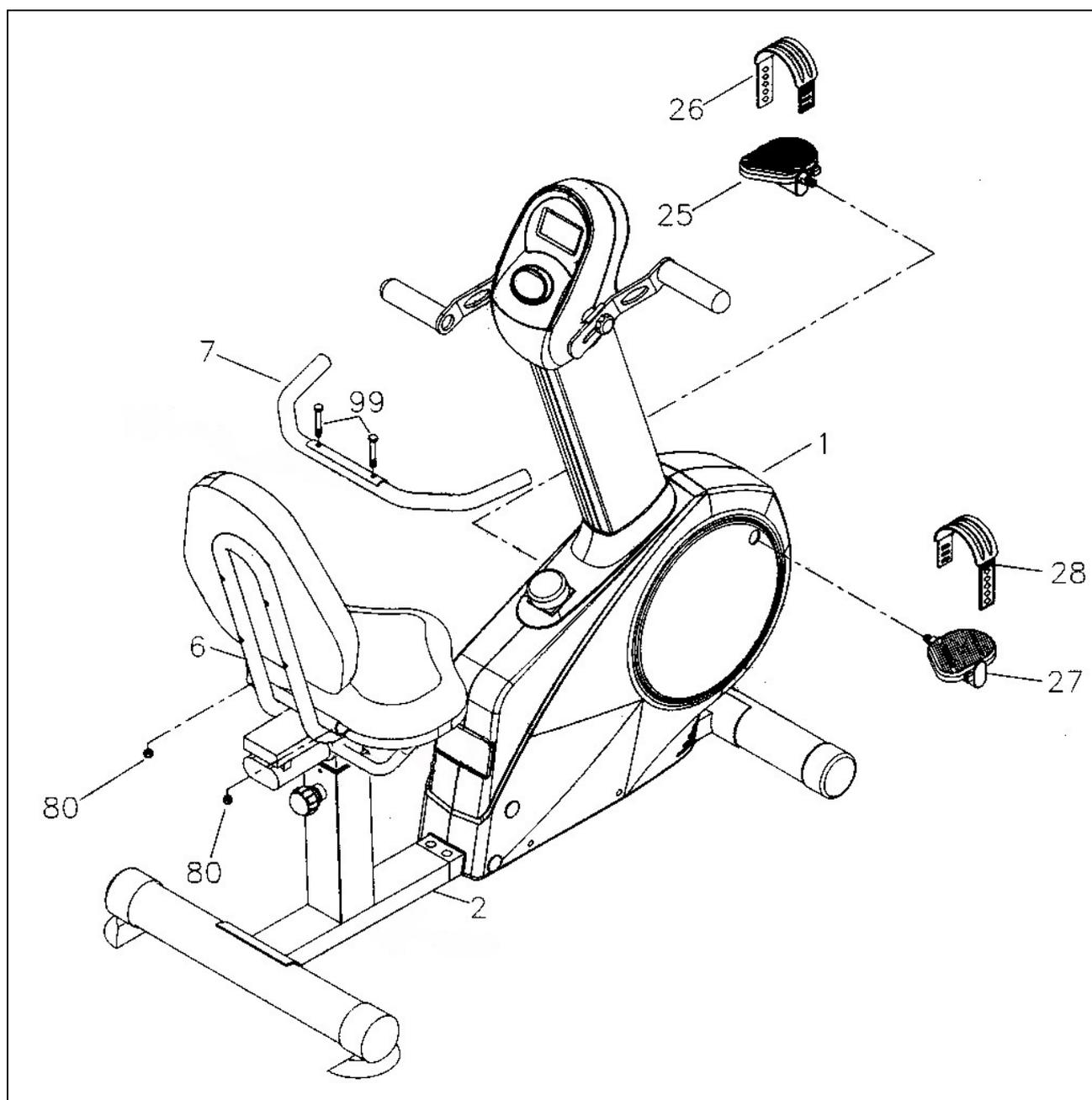
# 組立て方法

- メインフレーム (1) にシートベース (2) を差し込みシートベースボルト M8 × 45mm (85) で固定します。
- エンドキャップ (47) を R (リア) スタビライザー (9) にセットしてシートベース (2) にスタビライザーボルト M8 × 85mm (79) とナット M8 (80) で取り付けます。
- シートポストに取り付いているスプリングノブ (64) を左に回し外して、シートベース (2) にシートポスト (3) を差し込み、スプリングノブ (64) と M6 × 15mm (112) のボルトを L 型レンチで締付けます。(図 B 参照)
- 図 A のシートポスト (3) 裏側にシート調整ホルダー (38) を入れてシートポスト (3) の外側からシート調整ノブ (63) を差し込みます。シート調整ホルダー (38) についているボルト 2 箇所を L 型レンチで締め付けます。



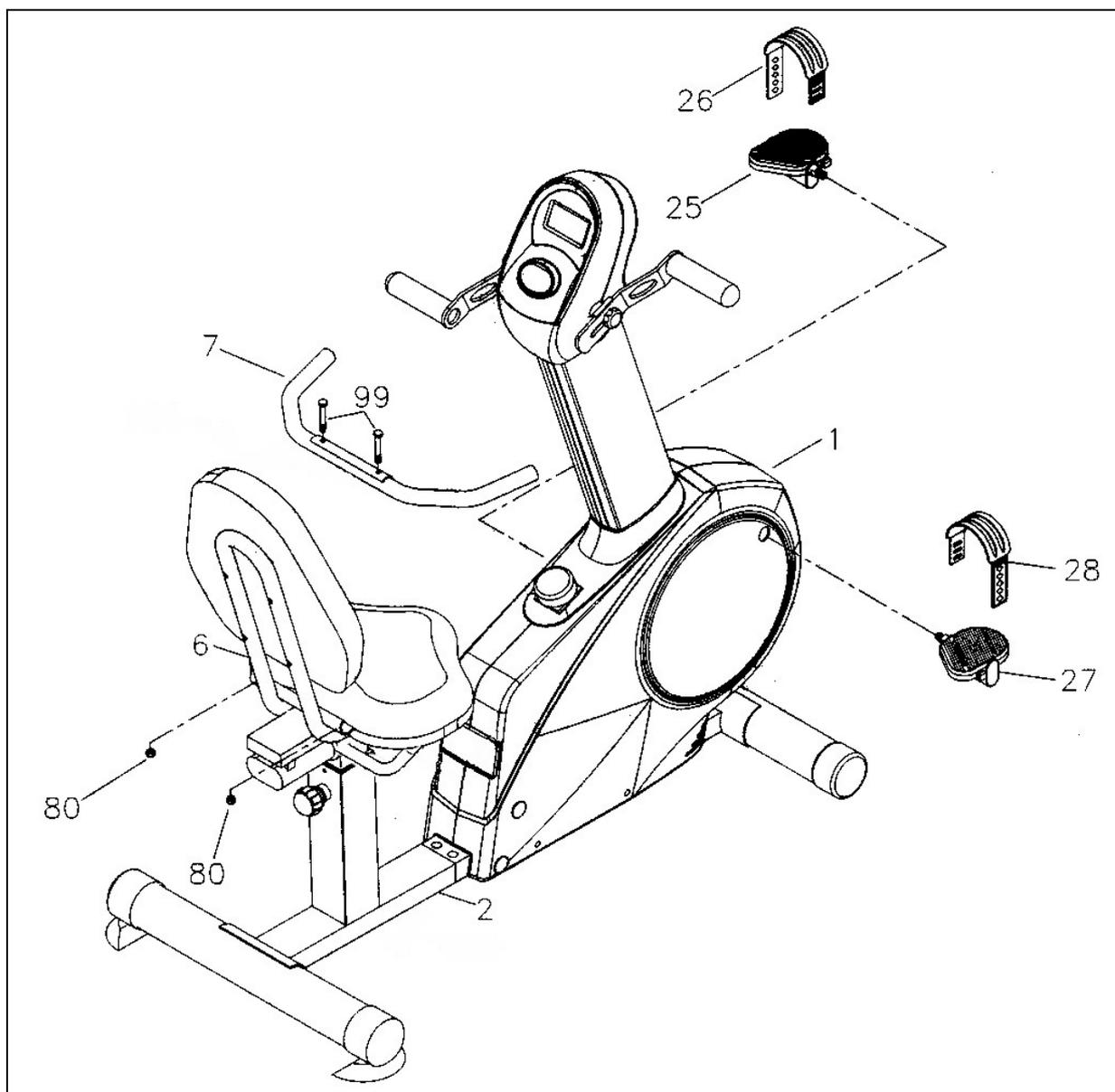
## 組立て方法

- シートブラケット (6) をシートポスト (3) にシートブラケットナット M8 (80) で取り付けます。
- シート (36) をシートブラケット (6) にシートボルト M8×15mm (97) で固定します。
- バッククッション (35) をシートブラケット (6) にバッククッションボルト M8×40mm (96) で取り付けます。
- ハンドルバー (51) をブラケット (53) にハンドレールアジャストノブ (52) とハンドルバーワッシャーM8 (74) を使って固定します。



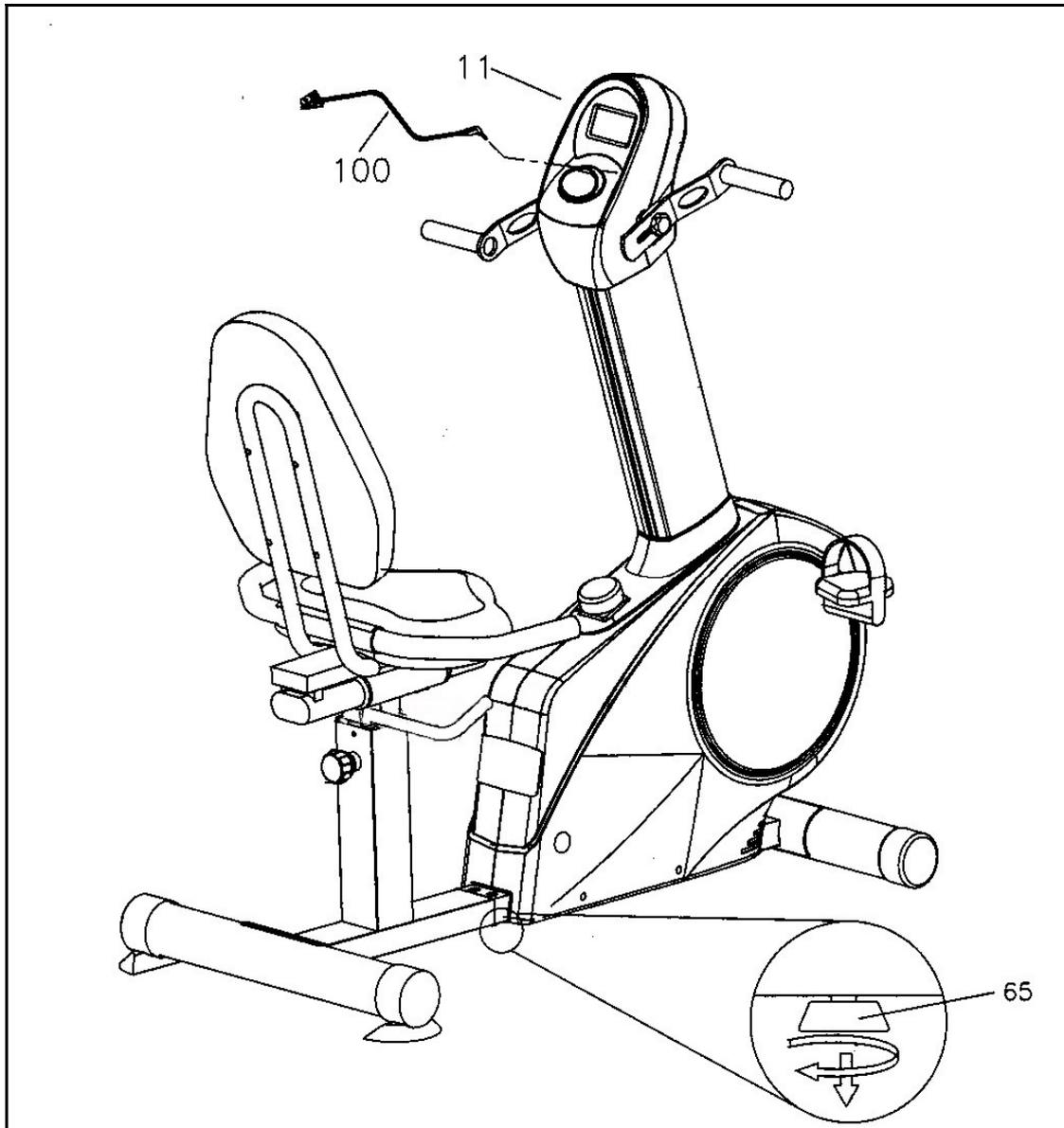
# 組立て方法

- ハンドルバー (7) をシートブラケット (6) にシートブラケットナット M8 (80) とシートハンドルバーボルト (99) で取り付けます。
- ペダルストラップ (26・28) を図を参考にしてペダル (25・27) に取り付けます。ペダル・ストラップ共、L と R と明記してあるので間違わないようにしてください。
- ペダル右 (R) (27) を本体右のペダルクランクの孔に取り付けてください。右回しで固定します。
- ペダル左 (L) (25) を本体左のペダルクランクの孔に取り付けてください。左に回して固定します。注意 無理に右に回しますとネジがつぶれてしまいます



## 組立て方法

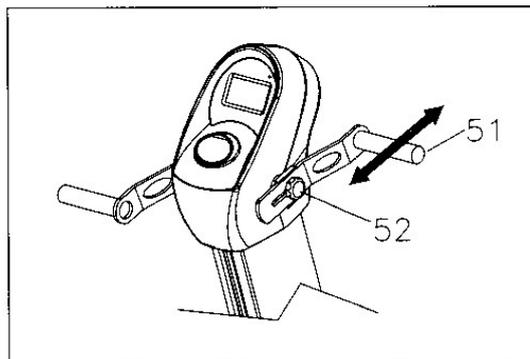
- 本体裏のアジャストボルトが床に設置するように回して調整してください。
- イヤーセンサー（100）をモニター（11）に差し込みます。



# 組立て方法

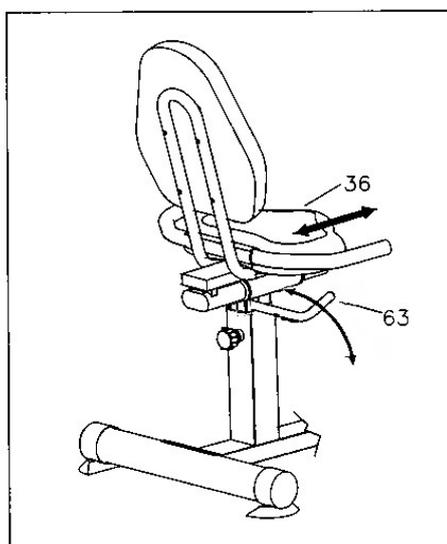
## ハンドルバー調整方法

ハンドレールアジャストノブ (52) を緩めてハンドルバー (51) を調整します。調整後、アジャストノブ (52) をしっかり締め付けます。



## シート調整方法

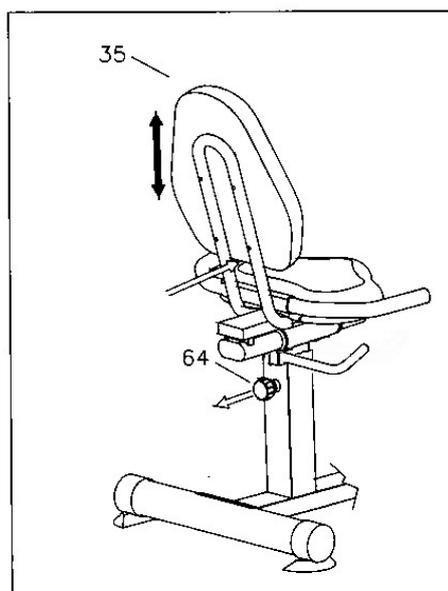
シート調整ノブ (63) を手前側にしてシート (36) をスライドさせお好みの位置に調整しシート調整ノブ (63) を前側に倒して固定させます。(レバーを下へ押さえる)



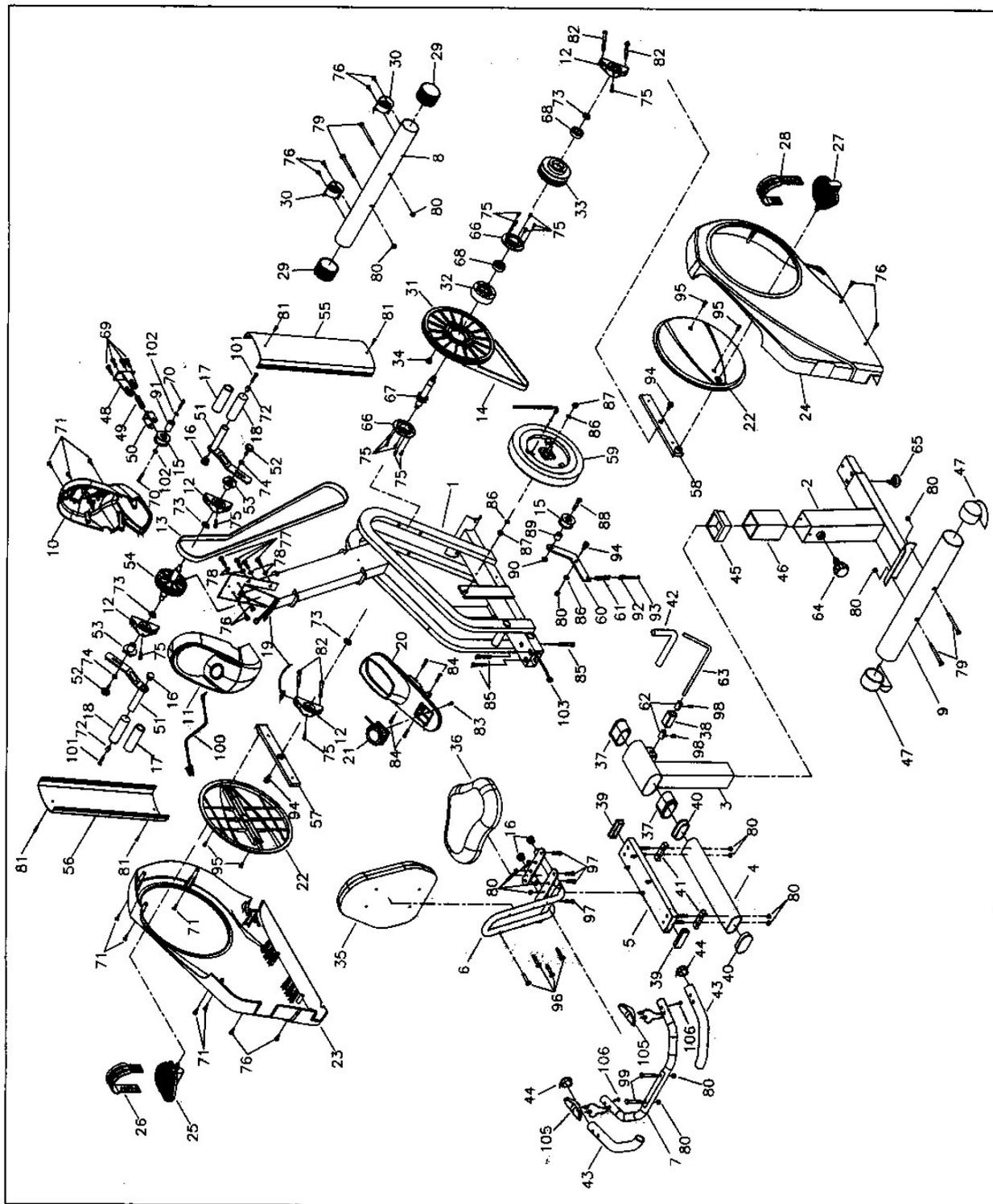
## シート調整背もたれ高さ調整方法

図矢印の部分のスプリングノブ (64) を弛めてから手前に引き、シートを上を持ち上げ、お好みの位置にしてノブを固定孔に入ったことを確認しスプリングノブ (64) を締め付けてシートを固定します。

- ☆ スプリングノブ (64) はネジを少し弛めると手前に引くことができ、離すとスプリングで元に戻ります。  
(引いた際に内部のピンが外れシートが上下できます)



# 部品見取り図



# 操作ガイド

## MODE (モード) ボタン

- RPM (回転数), DIST (距離), TIME (時間), SPEED (スピード), CAL (カロリー), PULSE (脈拍), SCAN (上記の項目が自動で表示)

## RESET (リセット) ボタン

- 約 2 秒間押すことにより各項目の積算数がゼロになります。

## ENTER (決定) ボタン

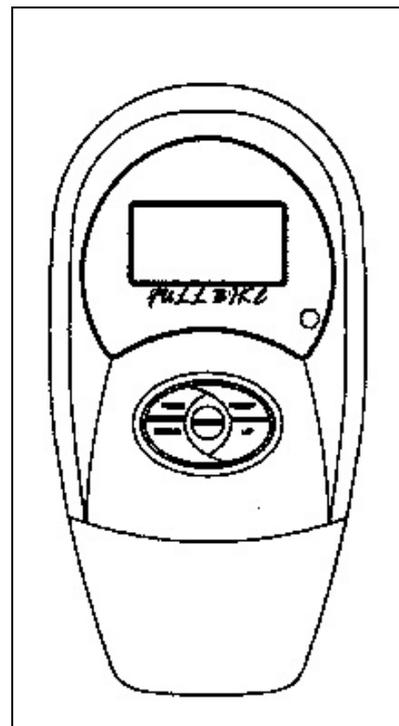
- 設定モードの場合に使用します。

## UP (数字入力を増やす) ボタン

- TIME : GAL : PULSE : DIST の入力時に使用します。

## DOWN (数字入力を減らす) ボタン

- TIME : GAL : PULSE : DIST の入力時に使用します。

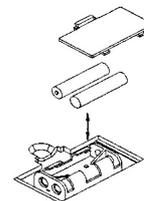


## アラーム設定

1. ENTER ボタンを押して DIST (距離), TIME (時間), GAL (カロリー), PULSE (脈拍) を選び、UP・DOWN ボタンで好みの数値を入力します。
  2. ENTER ボタンを押します。
  3. 運動を開始します。入力した数値に達するとアラーム音が鳴ります。
- 複数の項目を入力した場合は各項目の当てはまった数値に到達したものからアラームが鳴ります。

## モニター電池交換方法

1. モニター裏側の電池蓋を外します。
2. 新しい電池を+-間違わないように入れます。
3. 電池蓋を閉めます。



- \* 付属の脈拍イヤースエンサーを接続し、コードを耳たぶの後ろ側にして耳たぶにはさんでください。
- \* 寒い時や読み取りが不良の時は、耳たぶをこすって血液の循環を良くして読み取りやすくしてください。
- \* コードの揺れ等で、異常な数値を表示する場合があります。

# 機能・操作説明

## オート ON-OFF 機能

4 分間何も操作しない場合、自動的にモニターの電源が切れます。

その場合、運動時に積算されたデータも全てゼロになります。

## 表示説明

### **K P H**

運動時のスピードをキロメートルで表示します。

### **M P H**

運動時のスピードをマイルで表示します。

### **S C A N**

MODE ボタンで SCAN を選ぶと TIME—SPEED—CAL—PULSE—DIST を約 6 秒おきに自動で交互に表示します。

### **T I M E**

運動時間を表示します。

#### カウントアップ：

何も設定していない場合はカウントアップします。表示は 0 : 00—99 : 59 まで表示されます。

#### カウントダウン：

時間設定している場合はカウントダウンしていきます。表示は 99 : 00—0 : 00 までとなり目標設定時間に達するとアラームが鳴ります。

### **S P E E D**

運動時のスピードを表示します。

### **C A L O R I E**

運動時のカロリーを表示します。

#### カウントアップ：

何も設定していない場合はカウントアップします。表示は 0.0—999.9kcal まで表示されます。

#### カウントダウン：

時間設定している場合はカウントダウンしていきます。表示は 999.0kcal—0.0 までとなり目標設定時間に達するとアラームが鳴ります。

### **D I S T A N C E**

運動時の距離を表示します。

#### カウントアップ：

何も設定していない場合はカウントアップします。表示は 0.0—999.9km まで表示されます。

#### カウントダウン：

時間設定している場合はカウントダウンしていきます。表示は 999.0km—0.0 までとなり目標設定時間に達するとアラームが鳴ります。

## レバー調節位置・固定について

◆ シート調節レバーを下方へ押すとシートが固定されます

※ レバーの固定が浅いと運動中にシートが動いてしまう恐れがあります  
それを防ぐためには、レバーを下方に**少し力強く押してください**。

目安としては、

**レバーが平行位置のあたりか平行位置から上方へ約10度あたりが**  
シート固定時の正常なレバーの位置となります。

