

# *CIRCLE* AERO BIKE R8 E PLUS

## 取扱説明書



本機をお使いになる前に必ず取扱説明書をよくお読みください。  
また、お読みになった後は、必要なときにいつでもご覧いただけるよう大切に保管してください。

# も く じ

## 取扱説明書内容

もくじ	P1
安全にご使用いただくために	P2
使用上の注意	P3
パーツの確認	P4-7
組立て	P8-26
各種調整方法	P27
脈拍センサー	P28
Wifi設定	P29
テレビ設定	P30
パネル説明	P31
操作説明	P32
運動方法	P33. 34
クイックスタート	P35
表示画面の説明	P36-38
多機能ボタンの説明	P39-42
プログラムコントロール	P43-49
その他の説明	P50. 51
メンテナンス方法	P52
トラブルシューティング	P53
商品説明	P54
保証書	P55

## 安全にご使用いただくために

このたびは、本製品をお買い上げいただき誠にありがとうございます。  
この製品のご使用前、当社は各製品の品質を保証しますが、偶発的な間違いが人為的なミスにより発生する可能性があります。お客様が何らかの状況において、この製品の不具合が生じた場合、ご購入販売店、または弊社までご連絡ください。



### 使用電圧

この商品は AC100V の電源が必要となります。電源コンセントに差し込む前、本機に使用する電圧をご確認ください。不明な点がございましたらお気軽に販売店までお尋ねください。



### 警告

変圧器を使用しないでください。できるかぎり延長コードの使用をご遠慮ください。  
どうしても使用しなければならない状況の場合、10A 以上の延長コードをご使用ください。  
不明な点がございましたらお気軽に販売店までお尋ねください。



### かかりつけの医師への相談

本機のご使用前、持病のある方はかかりつけの医師にご相談ください。医師から最も適切な運動時間や運動プログラムを組み立ててもらって無理のない運動をしましょう。

特に 35 歳以上又はお身体の不自由な方は、本機のご使用前にできるかぎり事前に必要な身体検査を行ってください。



### 他の安全上の注意事項

- ◎ お子様或いはペットを本機に近づけないでください。お子様又はお身体の不自由な方が保護者の指導監督なしに勝手に使用しないようご注意ください。
- ◎ 運動中に目まいや吐き気、気分が悪くなったり、体に異常を感じた時は、直ちに使用を中止し、医師の診断を受けてください。
- ◎ メンテナンス又はお手入れの際は、電源プラグを抜いてください。
- ◎ 本機を湿気の多い場所に設置しないでください。錆の発生や本機の寿命が短くなる原因となるおそれがあります。
- ◎ 表面の汚れはこまめに中性洗剤などを軽く含ませた雑巾などで拭いてください。
- ◎ 使用しない時、お子様の手の届かないところに必ず保管してください。
- ◎ ご使用前、各部に摩損或いは緩み、異音等がないか確認してください。
- ◎ 次のような状況が生じた時、使用しないでください。
  1. 電源コードに破損があったとき、
  2. 音など発生したり、動きが異常なとき、
  3. 落下又は毀損があったとき、
- ◎ 屋外で使用しないでください。
- ◎ 本機に貼られている警告シールをよくお読みください。
- ◎ 本機ご使用の時は、回転、駆動部に巻き込まれないように、ゆったりとした服装を着用しないでください。
- ◎ 足首或いは腱を傷めないよう適切な運動靴を履き、できるかぎり裸足での運動を避けてください。
- ◎ 傾斜による危険を避けるため、本機は、必ず安定した平坦で丈夫な床に設置してください。
- ◎ 危険の発生を避けるため、勝手に改造しないでください。保障対象外となります。
- ◎ 使用体重制限：150kg で 1 人用のトレーニングマシンです。
- ◎ 電圧不足による危険の発生を避けるため、タコ足配線などで分電しないでください。

## 使用上のご注意

### 理想的なトレーニング頻度

心肺及び筋肉の機能を高めるため、最低でも週3～4回使用してください。

### 望ましいトレーニング時間

トレーニング時間の長さは、個人の身体状況及び平素な運動状況を見て決めてください。一般的に使用者の1回の運動時間は、最低10分間は必要で、肺に十分な酸素を吸込んでから身体の状態に応じて段々に運動時間を延ばして行ってください。通は、常20～30分行なってください。

身体の状態を理解するため、運動を始める前にかかりつけの医師と相談されるようお勧めします。

### 仕様の記述

製品の全長：約157cm

製品の全幅：約62cm

製品の全高：約135cm

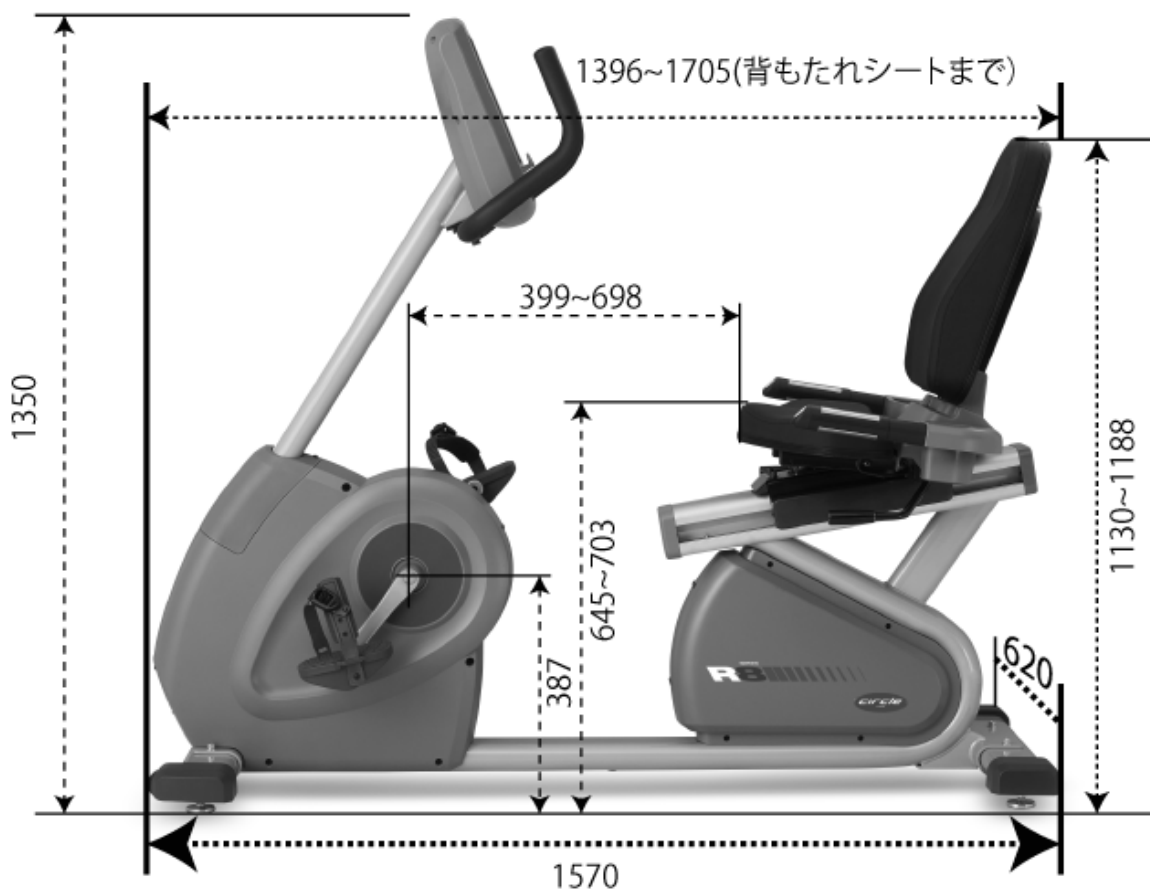
製品の重量：約85kg

プリセットプログラム：9 個のプログラム、4HRC

機能：6 LED+8×32ウインドウ、無線脈拍

電源：A C - 100 V 50/60 H z

### 製品仕様



## パーツの確認

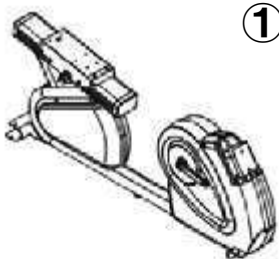





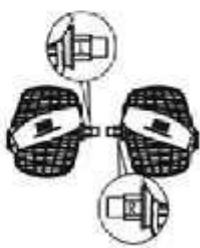


### 設置時に関する注意事項









- 設置前に設置する十分なスペースがあるか確認をしてください。
- 水平な堅い床に設置してください。
- 床面を傷つけたり、汚さないように滑りにくく破れにくいシートなどを敷いてください。

はじめに箱から全ての部品を取り出しましょう。

※本体は重量物です。取り出すときには十分に注意してください。













 <p>①</p> <p>フレーム</p>	 <p>②</p> <p>後脚</p>	 <p>③</p> <p>前脚</p>	 <p>④</p> <p>上部ハンドルバー</p>
 <p>⑤</p> <p>コントロールパネル</p>	 <p>⑥</p> <p>ハンドルポスト</p>	 <p>⑦</p> <p>ペダル</p>	

# パーツの確認

<p>⑧</p>  <p>シートブラケット</p>	<p>⑨</p>  <p>背もたれシート</p>	<p>⑩</p>  <p>シート</p>	<p>⑪</p>  <p>シートブラケット カバー</p>
<p>⑫</p>  <p>シート手すり用 リアカバー</p>	<p>⑬</p>  <p>左/右 スライドカバー</p>	<p>⑭</p>  <p>シート手すり</p>	<p>⑮</p>  <p>ドリンクホルダー</p>













# パーツの確認

## アクセサリキット

ステップ 8	<p>①⑥</p>  <p>ボルト M8×65mm×2本</p>	<p>①⑦</p>  <p>ボルト M8×15mm×1本</p>	<p>①⑧</p>  <p>湾曲ワッシャー M8×2</p>	<p>①⑨</p>  <p>Sワッシャー M8×3</p>
ステップ 11	<p>②⑩</p>  <p>ボルト M6×45mm×4</p>	<p>②⑪</p>  <p>Sワッシャー M6×4</p>		
ステップ 12	<p>②⑫</p>  <p>ナット M6×2</p>	<p>②⑬</p>  <p>Sワッシャー M6×4</p>		
ステップ 13	<p>②⑭</p>  <p>ビス M4×12mm</p>			
ステップ 14	<p>②⑮</p>  <p>ボルト M6×45mm×4</p>	<p>②⑯</p>  <p>Sワッシャー M6×4</p>		
ステップ 15	<p>②⑰</p>  <p>ビス M4×12mm</p>			

# パーツの確認

## アクセサリキット

<p>②⑧</p>  <p>左調整レバー</p>	<p>②⑨</p>  <p>シート調整レバー</p>	<p>③⑩</p>  <p>シート調節レバー用 クランプ</p>	<p>③①</p>  <p>アジャスター</p>
<p>③②</p>  <p>滑り止めシール</p>	<p>③③</p>  <p>スパナ：M10</p>	<p>③④</p>  <p>スパナ M15</p>	<p>③⑤</p>  <p>8mm 六角レンチ</p>
<p>③⑥</p>  <p>6mm 六角レンチ</p>	<p>③⑦</p>  <p>5mm 六角レンチ</p>	<p>③⑧</p>  <p>4mm 六角レンチ</p>	<p>③⑨</p>  <p>3mm 六角レンチ</p>



# 組 立 て



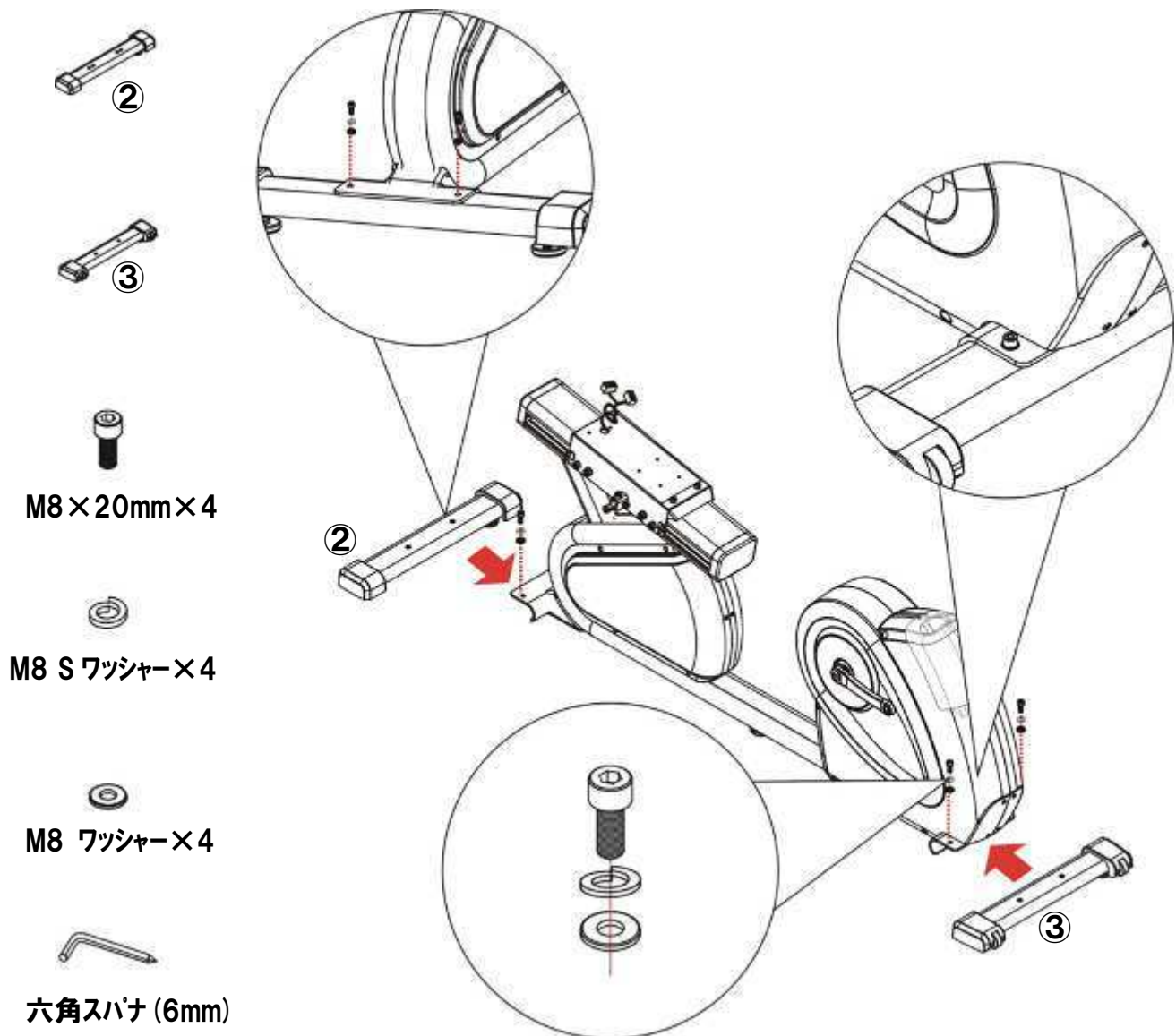
## 開梱の際の注意事項

部品包装を開く場合、部品の損傷を受けないように、乱暴な取り扱いはさけてください。  
トレッドミルを平坦な床に置く前、先に一枚のマットを敷くことをお勧めします。  
注意：本機の本体が重いため、本体を組み立てる時、複数の人に手伝ってもらってください。

### STEP 1

## 前脚、後脚とフレームの組み立て

- 1). 前脚、後脚に締めたネジを外してください。
- 2). 2本のM8×20mmネジ、Sワッシャーと平ワッシャーで前脚をフレームに取り付け、六角レンチ(6mm)でしっかりと締めます(前脚のキャスターが前に向く)。
- 3). 2本のM8×20mmネジ、Sワッシャーと平ワッシャーで後脚をフレームに取り付け、六角レンチ(6mm)でしっかりと締めます(後脚が前後を分別しません)。

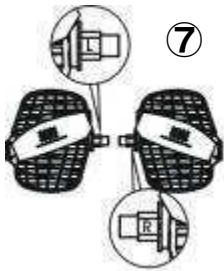


# 組み立て

## STEP2

## ペダルをとフレームクランク組み立て

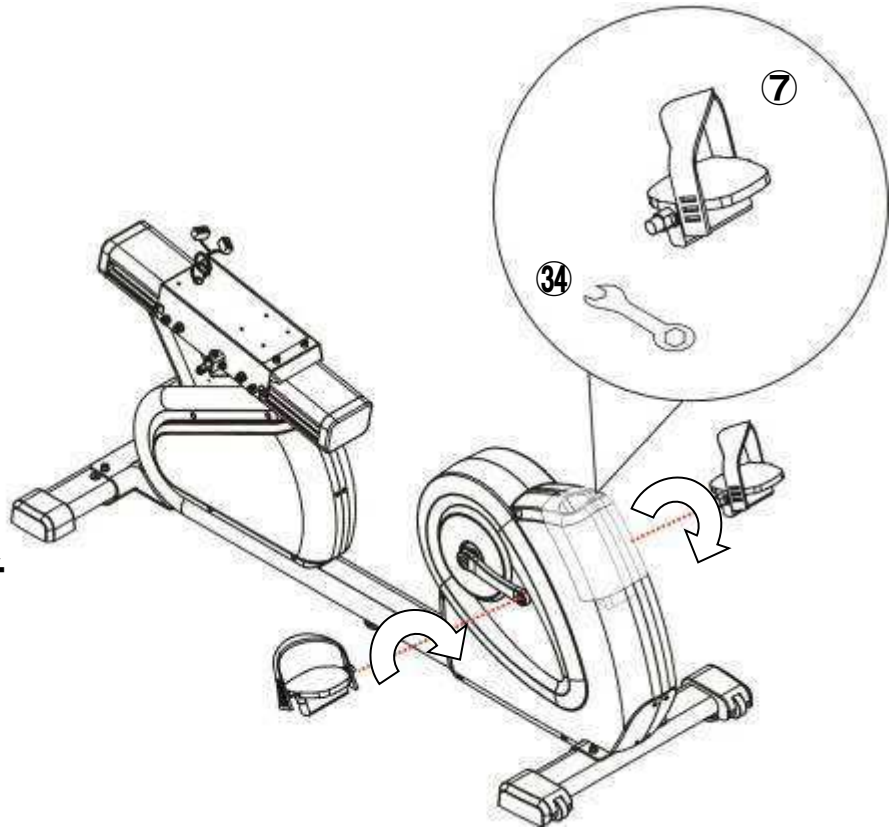
- 1).コンビネーションレンチ(15mm)で、時計回り方向に右ペダルをフレームクランクに取り付けてしっかりと締めます。
- 2).コンビネーションレンチ(15mm)で、反時計回り方向に左ペダルをフレームクランクに取り付けてしっかりと締めます。



⑦ ペダル



③④ コンビネーションレンチ  
(15mm)



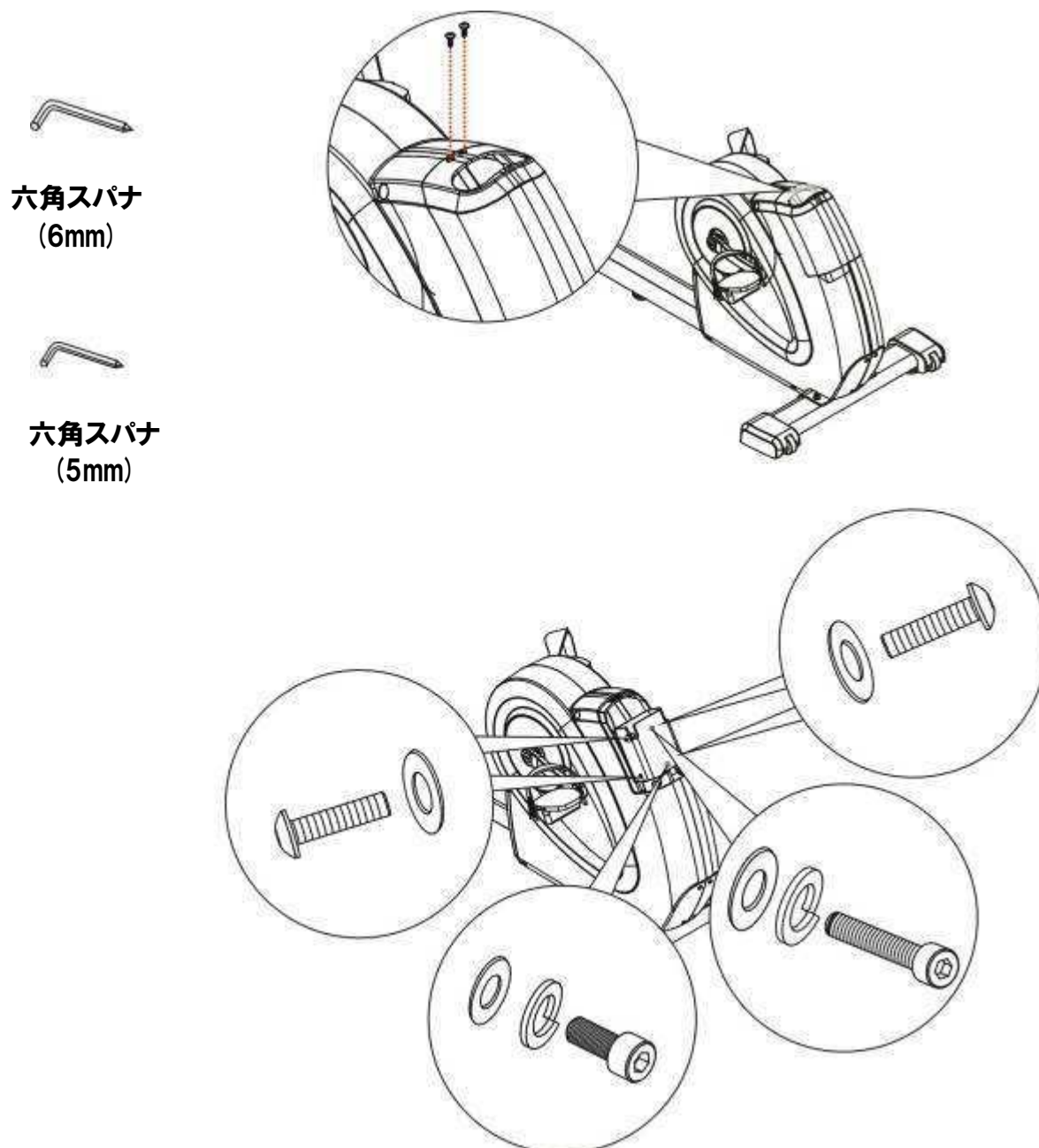
# 組み立て

## STEP3 ハンドルポストとフレームの組み立て

### ハンドルポストとフレームの組み立て

- 1). 予めハンドルポスト前側カバーに締めたネジをまず外してください。
- 2). 予めハンドルポスト、フレームに締めたネジをまず外してください。

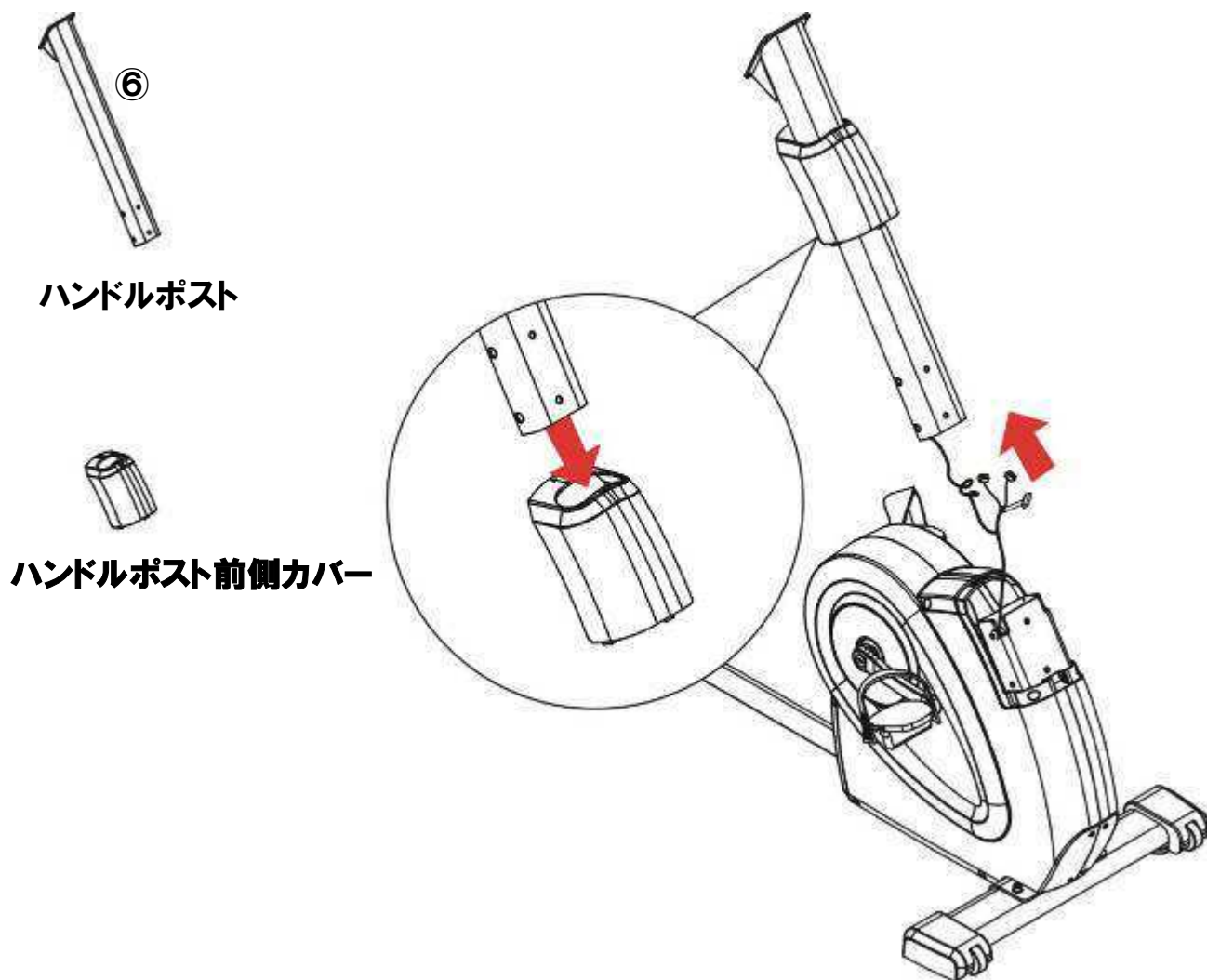
注意) 外したネジは後の STEP5 で再度取り付けますので取り付けていた位置を確認しておいてください。



# 組 み 立 て

## STEP4 ハンドルポストとフレームの組み立て

- 1).STEP3で取り外したハンドルポスト前側カバーをハンドルポストにはめ込みます。
- 2).誘導線でコントロールパネルコード、脈拍センサーケーブル、をハンドルポストの中に通します。

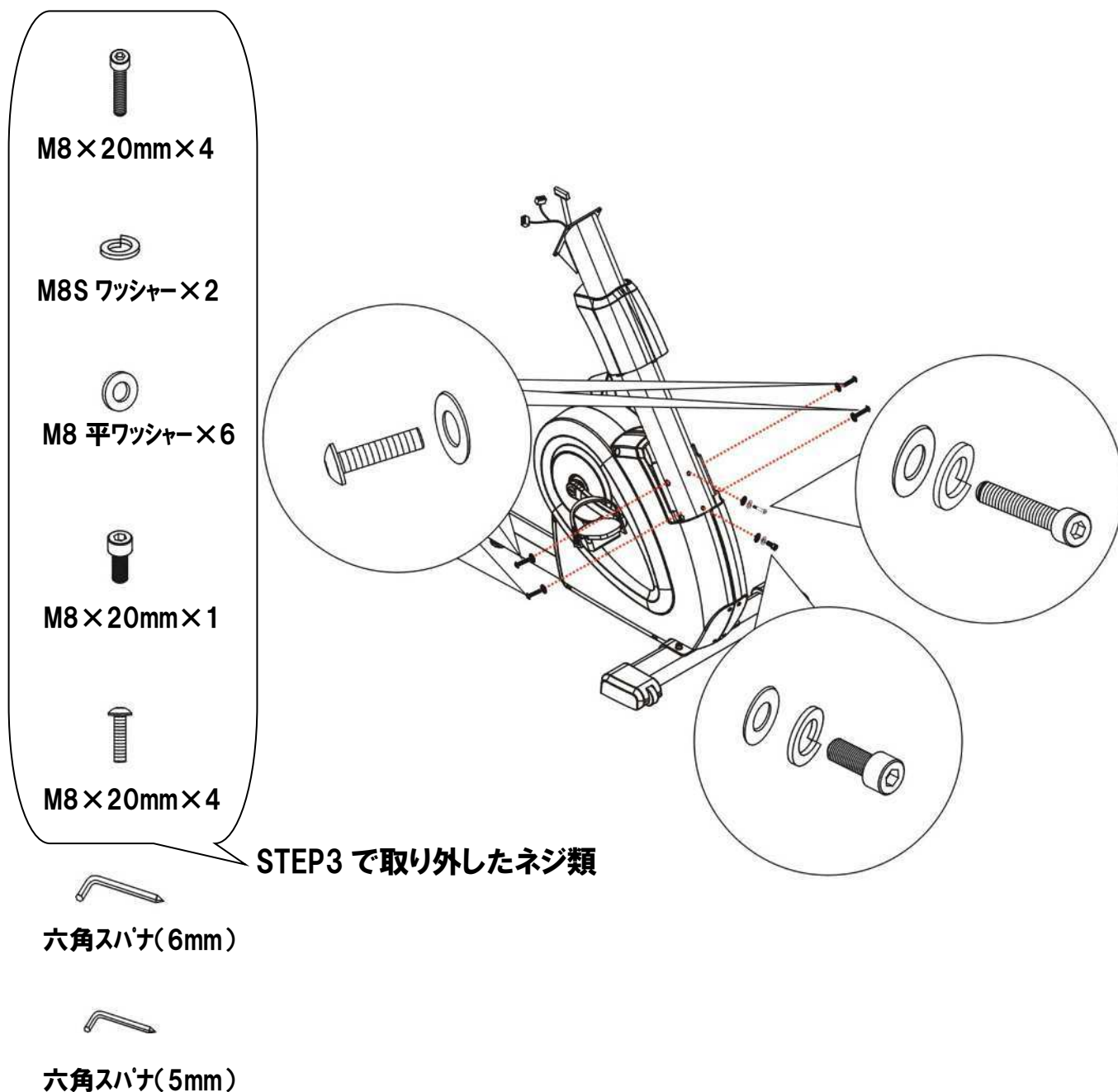


# 組 み 立 て

## STEP5

## ハンドルポストとフレームの組み立て

- 1).ハンドルポストをフレーム中に挿入し、六角レンチ (6mm) でSTEP3で取り外したM8×70mmネジ1本、M8×20mmネジ1本と2個のM8 Sワッシャー、2個のM8平ワッシャーで締め付けます。
- 2).六角レンチ (5mm) を使って4本のM8×20mmネジ、4個のM8平ワッシャーでハンドルポストの両側にしっかりと固定します。



# 組 み 立 て

## STEP6 ハンドルポストとフレームの組み立て

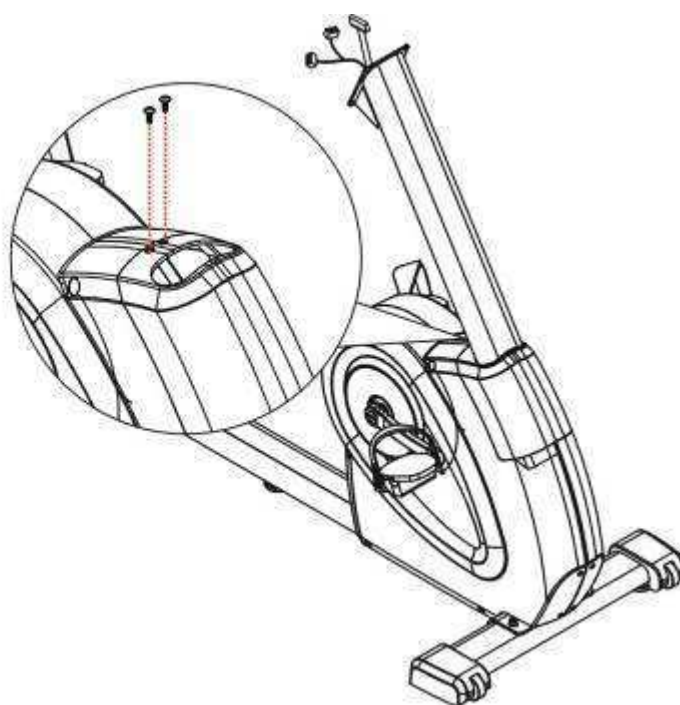
六角レンチ (5mm) を使って2本のM4×15mmネジで、ハンドルをしっかりと固定します。



M4×15mm



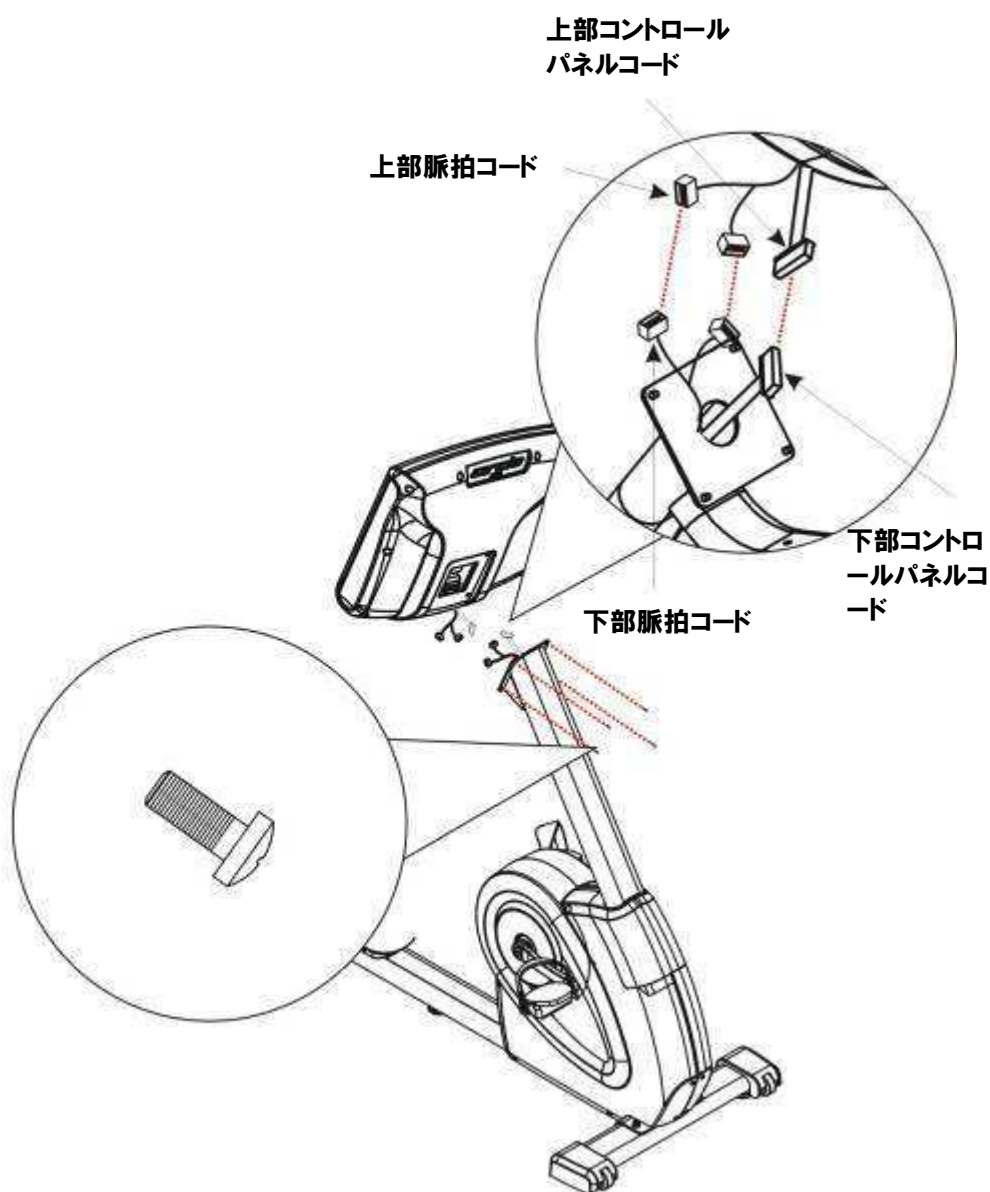
六角スパナ(5mm)



# 組 み 立 て

## STEP 7 ハンドルポストとコントロールパネルの接続

- 1) .コントロールパネルの締付用ネジが予めハンドルポスト上に締めているため、先に外してください。
- 2) .コントロールパネルをハンドルポストの中に入れ、上部コントロールパネルコードと下部コントロールパネルコードを接続し、上下部の脈拍コードを接続します。
- 3) .六角レンチ (6mm) で4本のM5×12mmネジ、で締め付けてコントロールパネルをハンドルポスト中に固定させます。



# 組み立て

## STEP8 ハンドルの取り付け

ハンドルをハンドルポストの中に入れ、六角レンチ(6mm)を使って2本のM8×65mm、2個のM8 Sワッシャー、2個のM8曲ワッシャー、1本のM8×15mmネジ、1個のM8 Sワッシャーでハンドルをハンドルポスト中にしっかりと固定します。



ハンドルポスト×1



M8×65mm×2



M8×15mm×1



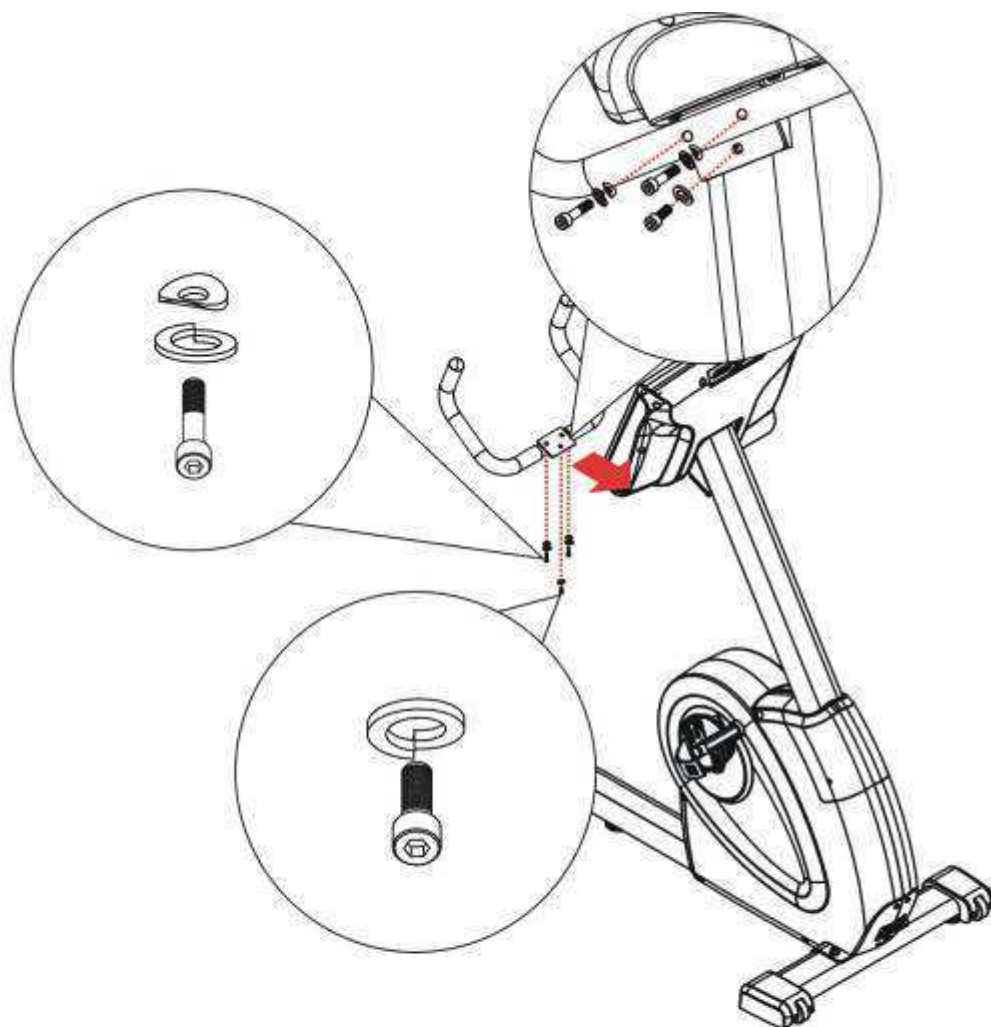
M8S ワッシャー×3



M8 湾曲ワッシャー×2



六角スパナ(6mm)

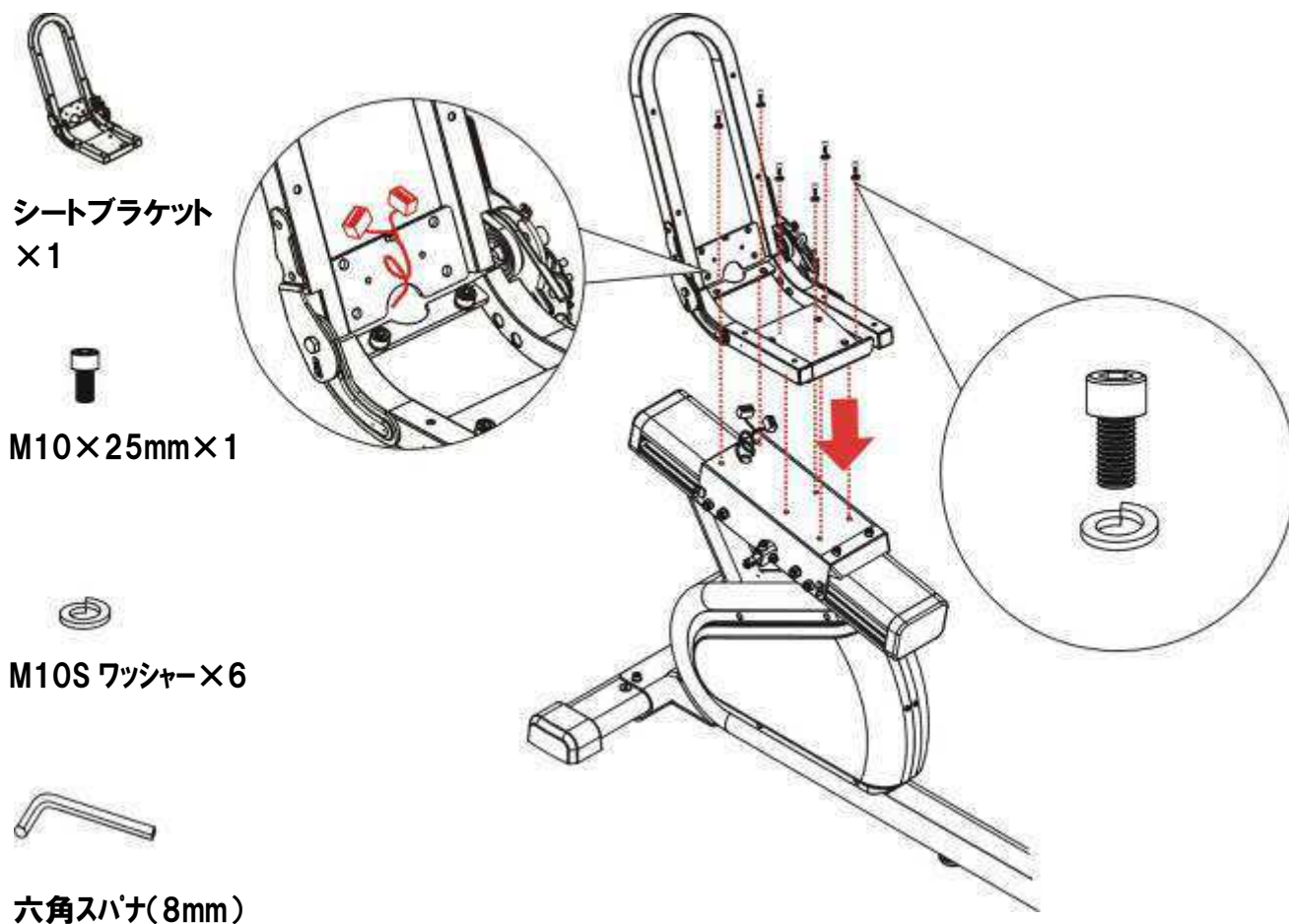




# 組 み 立 て

## STEP9 シートブラケット取り付け

- 1) シートブラケットの締付用ネジは予めフレーム上に締めているため先に外してください。
- 2) シートブラケットをメインフレーム中に入れ、六角レンチ (8mm) を使って 6 本の M10×25mm ネジと 6 個の M10 S ワッシャーで、シートブラケットをフレーム中にしっかりと固定します。



# 組 み 立 て

## STEP10 シートハンドル取り付け

シートハンドル組をシートブラケットに取り付けます。

- 1) シートハンドルの締付用ネジが、予めシートブラケット上に締めているため、先に外してください。
- 2) シートハンドル組をシートブラケット中に入れ、六角レンチ (6mm) を使って4本のM8×15mmネジと4個のM8 Sワッシャーで下部ハンドル組をシートブラケット中にしっかりと固定します。
- 3) シートハンドルの脈拍コードを丸穴中に通してからメインフレームの脈拍コードと接続します。



シートハンドル×1



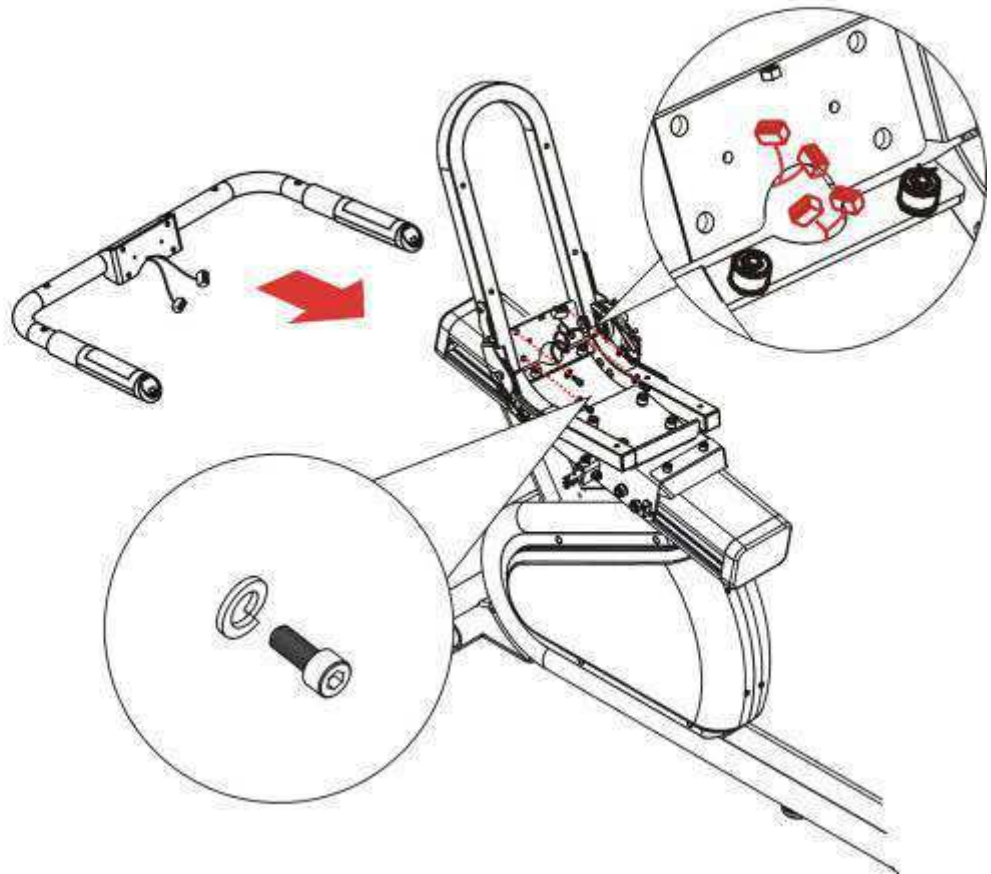
M8×15mm×4



M8S ワッシャー×4



六角スパナ(6mm)



# 組 立 て

## STEP 11 座面シート取り付け

座面シートをシートブラケットに取り付けます。

- 1). 座面シートをシートブラケットに乗せて、六角レンチ (4mm) を使って 4 本の M6×45mm ネジと 4 個の M6 S ワッシャーでシートを固定します。



⑩座面シート×1



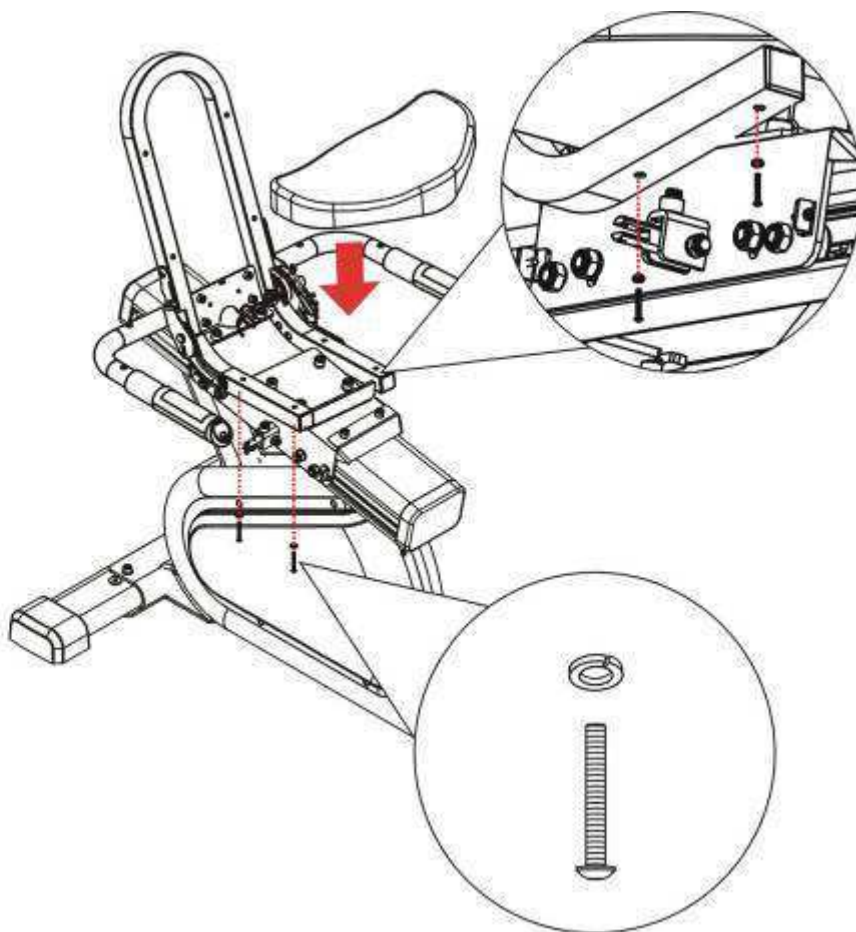
⑳M6×45mm×4



㉑M6S ワッシャー×4



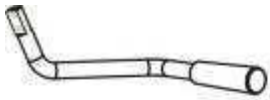
㉘六角スパナ(4mm)



# 組 み 立 て

## STEP12 調整レバーの取り付け

- 1). 六角レンチ (4mm)、コンビネーションレンチ (10mm) を使って2個のM6六角ナットと2個のM6 Sワッシャーで左調整レバーをシートブラケットにしっかりと固定します。



④0調整レバー×1



④1M6 六角ナット×2



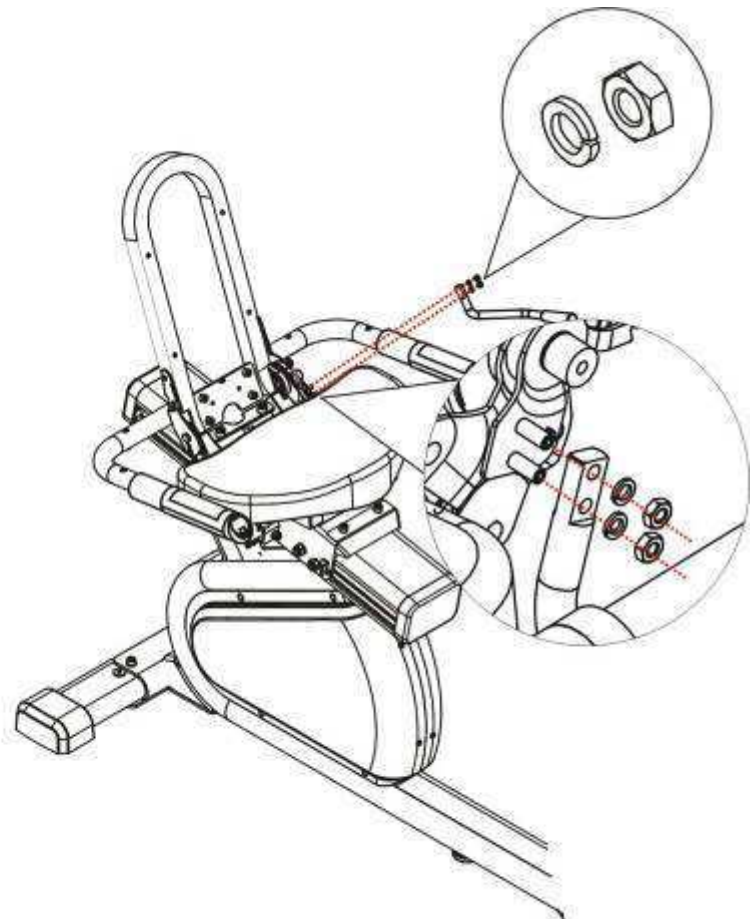
②1M6S ワッシャー×2



六角スパナ (4mm)



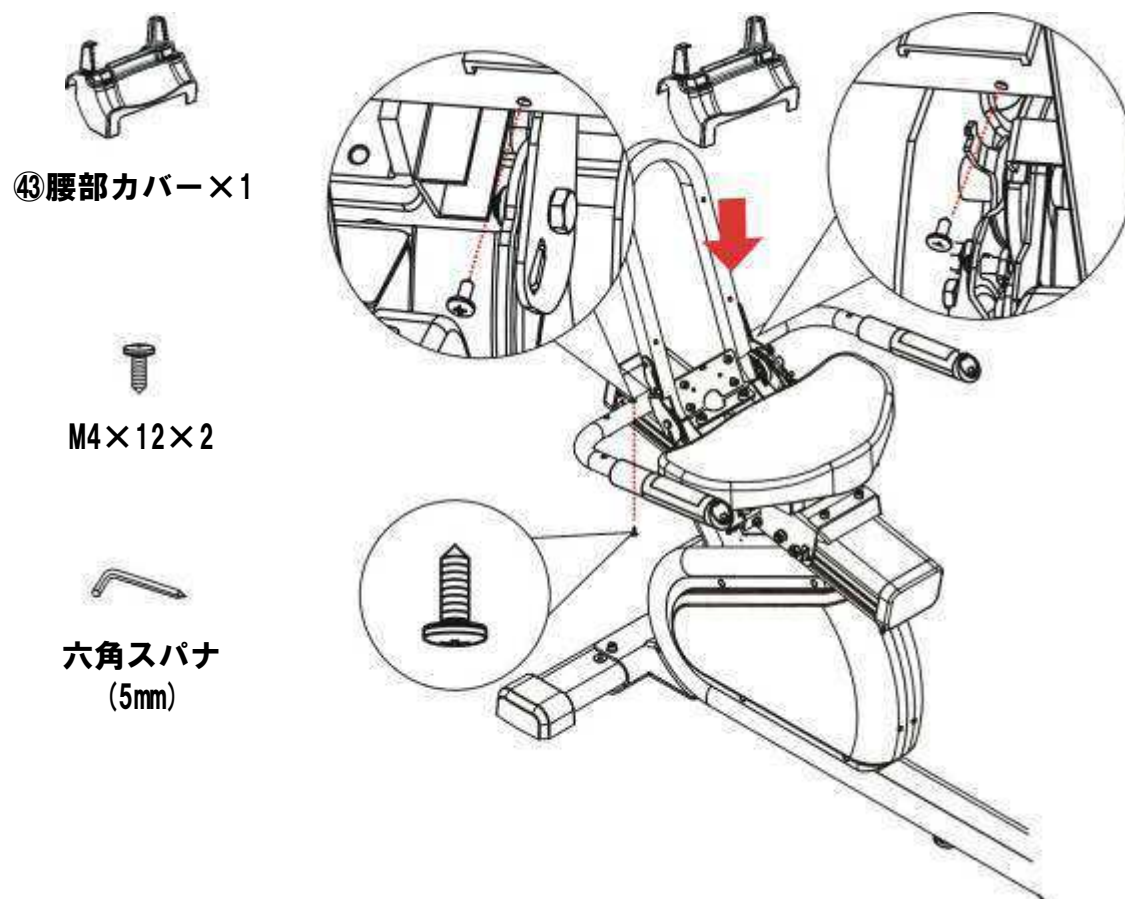
コンビネーションレンチ



# 組 立 て

## STEP13 腰部カバーの取り付け

- 1). 腰部カバーをシートブラケット組に沿って下部ハンドル組上に組み込み、六角レンチ (5mm) を使って2本のM4×12mmネジで下から上に向けて締め付けます。



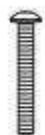
# 組 み 立 て

## STEP14 背もたれシート組み立て

- 1). 背もたれシートをシートブラケット中に入れ、六角レンチ (4mm) を使って4本のM6×45mmネジと4個のM6 Sワッシャーで背もたれシートをシートブラケット中にしっかりと固定します。



⑨背もたれシート×1



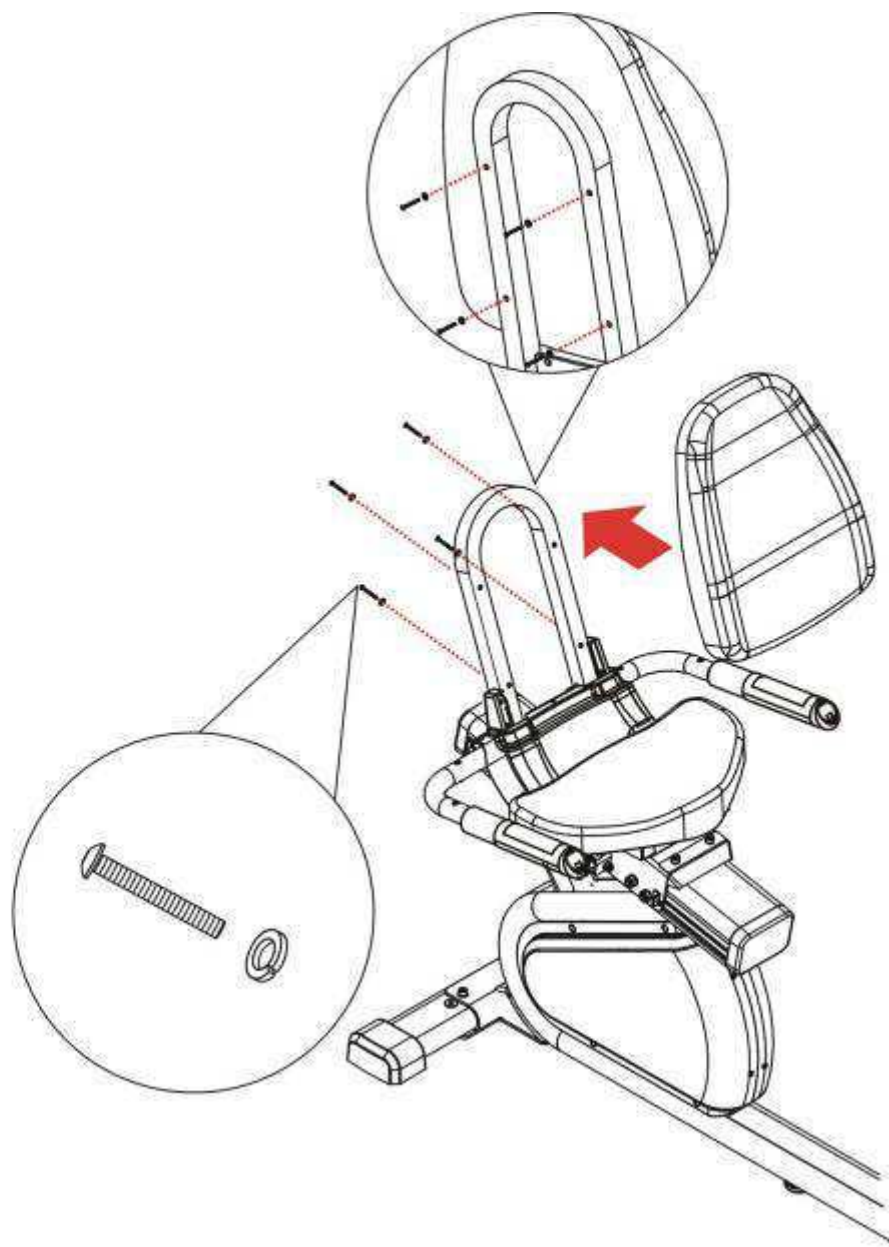
M6×45×4



M6S ワッシャー×4



六角スパナ (4mm)



# 組 立 て

## STEP15 ドリンクホルダー取り付け

- 1). 左ドリンクホルダーを下部ハンドルの孔に合わせて、六角レンチ (5mm) を使って2本の M4×12mmネジで左ドリンクホルダーハンドルにしっかりと固定します。
- 2). 右側ドリンクホルダーも同じように固定します。



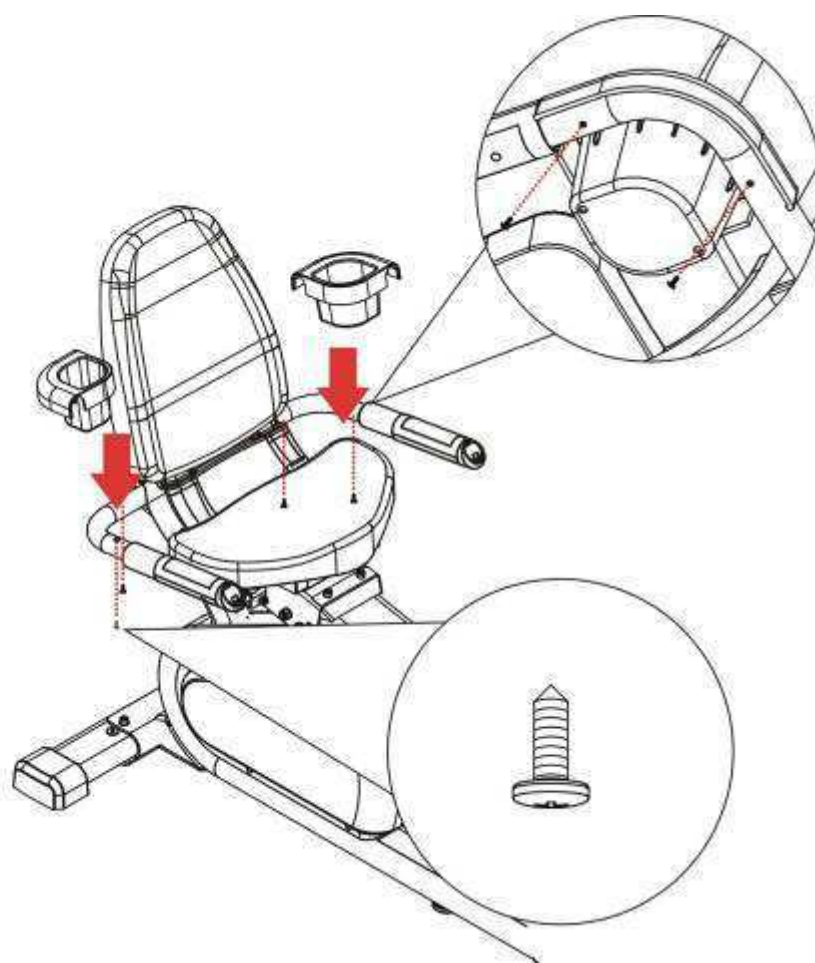
⑮ドリンクホルダー



M4×12mm×4



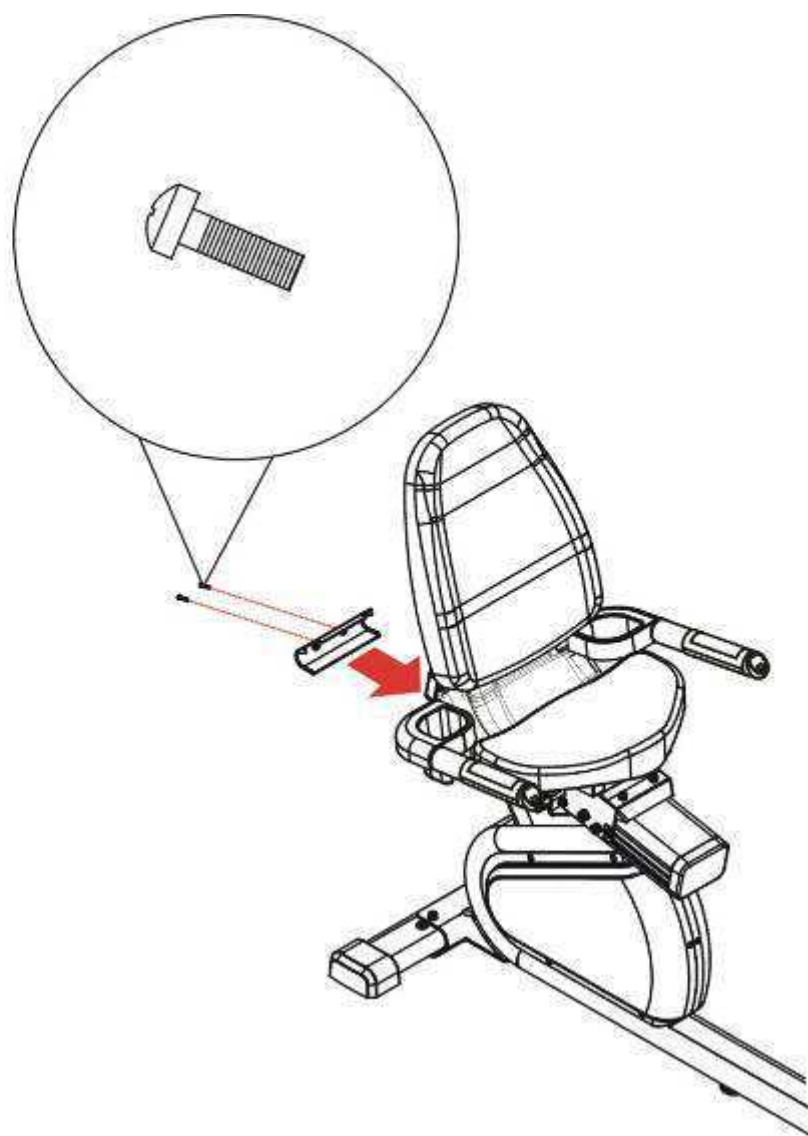
六角いナ (5mm)



# 組 み 立 て

## STEP16 シート調節レバーの組み立て

- 1). 下部ハンドルのリアカバーの締付用ネジが予め下部ハンドル上に締めているため、先に外してください。
- 2). 六角レンチ (5mm) を使って2本のM4×10mmネジで、下部ハンドルのリアカバーを下部ハンドル組にしっかりと固定します。





# 組 み 立 て

## STEP17 シートスライドカバー取り付け

- 1). 左右スライドカバーの締付用ネジは、予め下部ハンドルに取り付けているため、先に外してください。
- 2). 六角レンチ (5mm) を使って2本のM4×10mmネジで左スライドカバーをシートにしっかりと固定します。
- 3). 六角レンチ (5mm) を使って2本のM4×10mmネジで右スライドカバーをシートにしっかりと固定します。



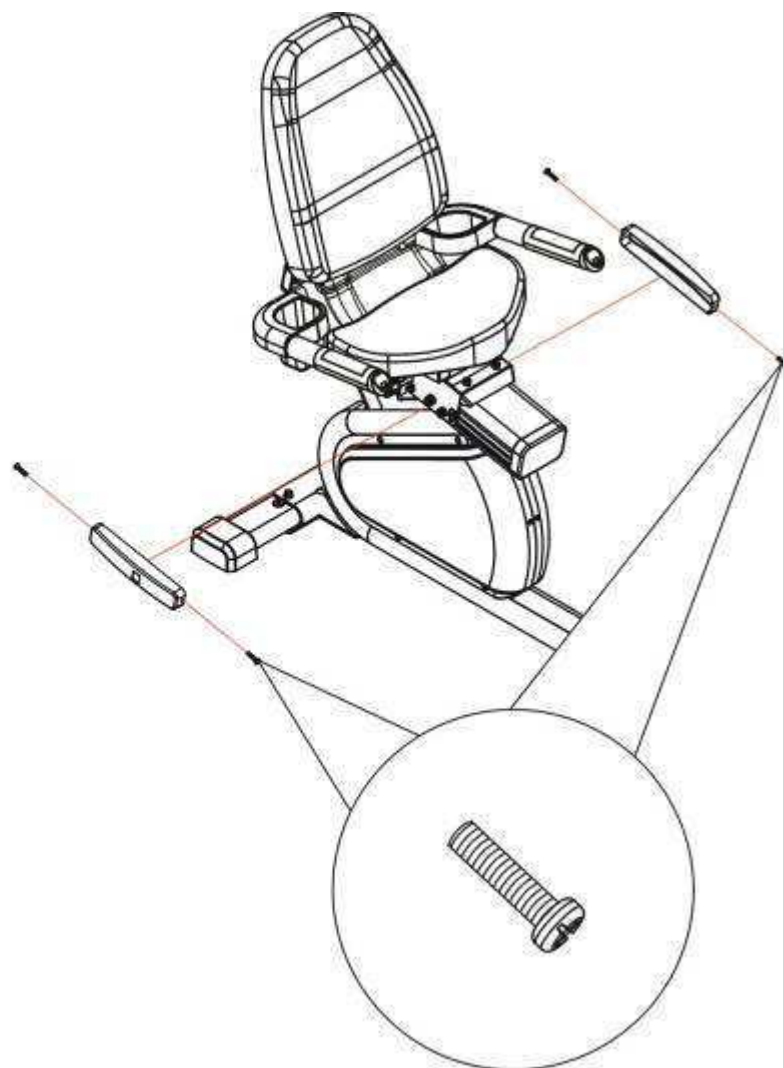
スライドカバー



スライドカバー



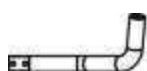
六角スパナ (5mm)



# 組み立て

## STEP 18

- 1). シート調節レバーの締付用ネジは、予めシートに取り付けているため、先に外してください。
- 2). 六角レンチ (3mm) を使って2本のM4×18mmネジでシート調節レバーをシートにしっかりと固定します。



調節レバー



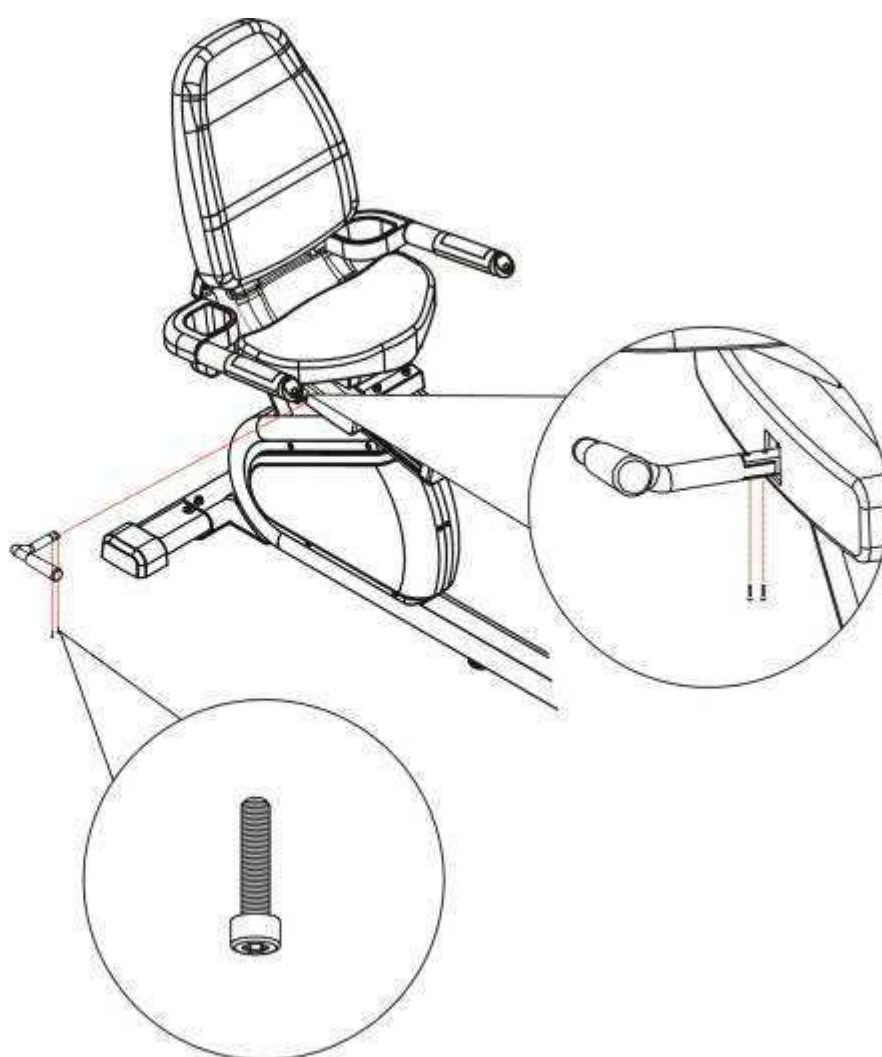
ハンドル



M4×18mm×2



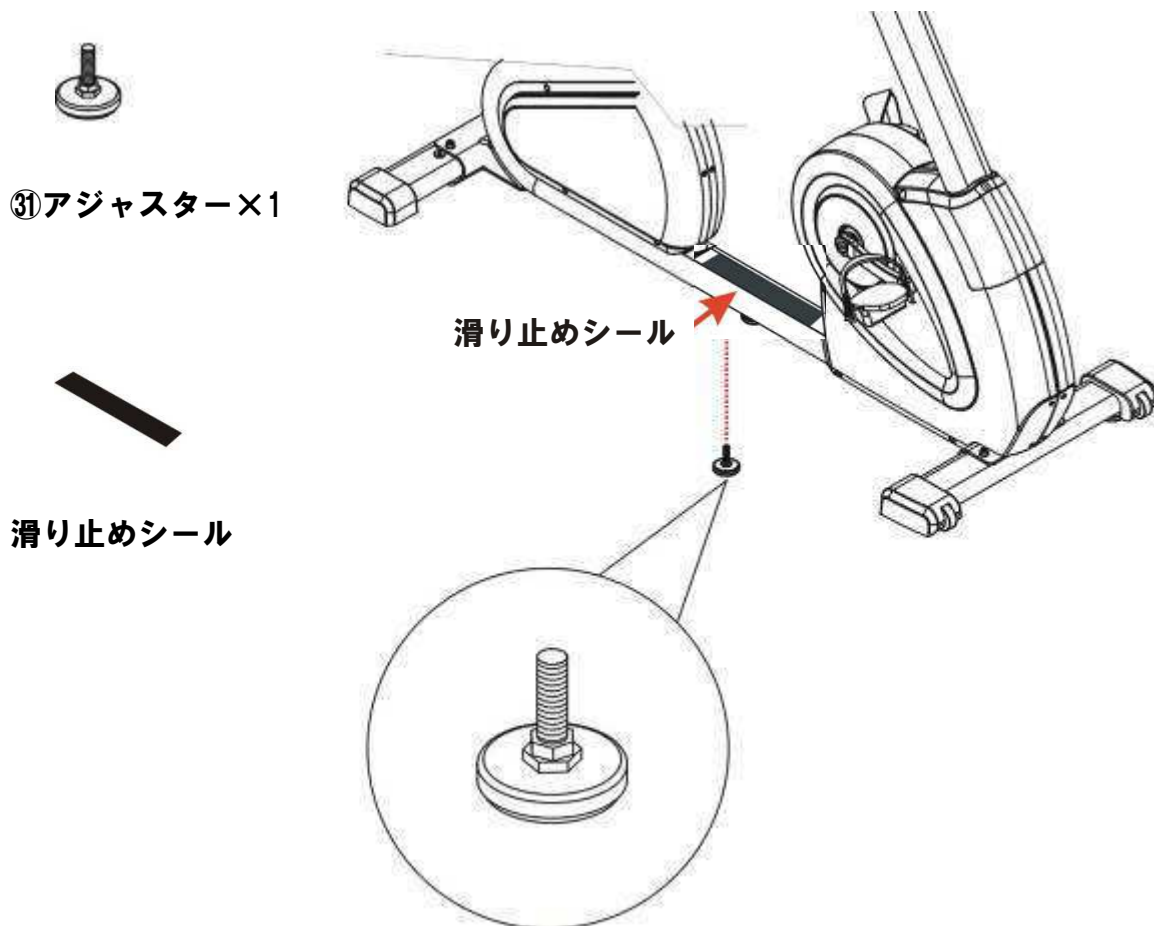
六角スパナ(3mm)



# 組 み 立 て

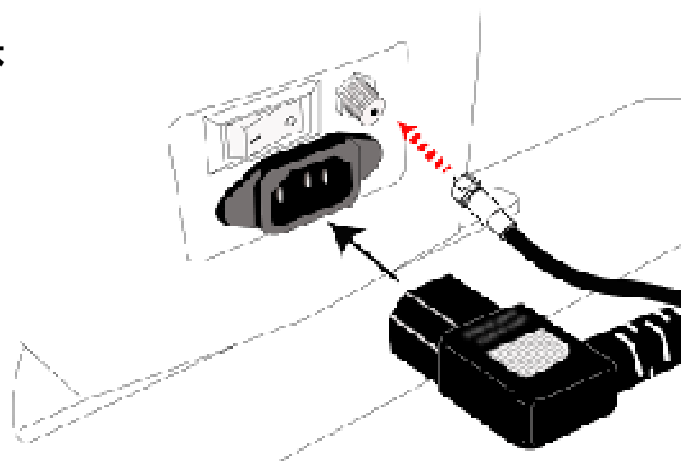
## STEP19 アジャスター取り付け

- 1). フレームを上を持ち上げます。
- 2). アジャスターをフレームに取り付けます。
- 3). 側面保護フィルムをめくってから滑り止めシールを下記の位置に貼ります。



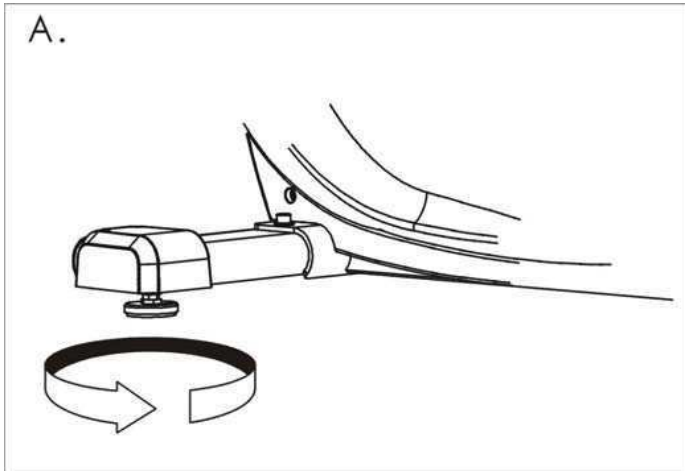
## STEP20 電源コード及びTVケーブル取り付け

電源コードと建物側からのTVケーブルを本体前方下にある差込口に差し込みます。



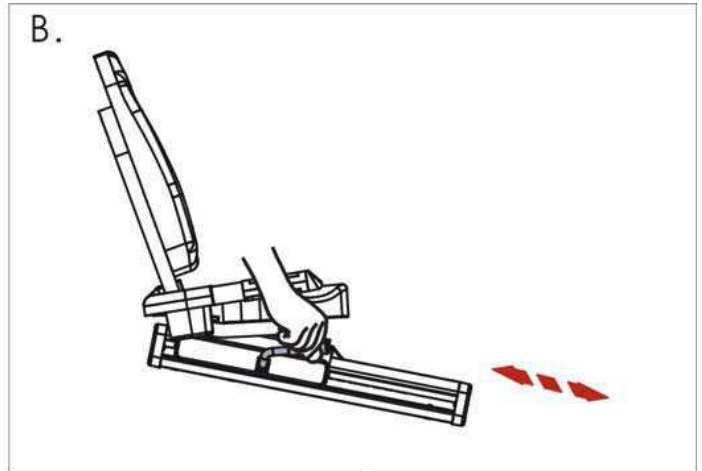
# 各種調整方法

## アジャスター調整方法



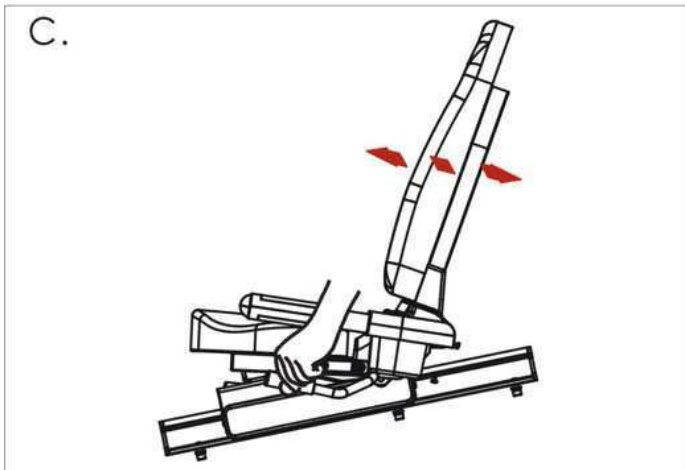
本体のガタつきがある場合はアジャスターを回して調整して下さい。

## シート前後調整方法



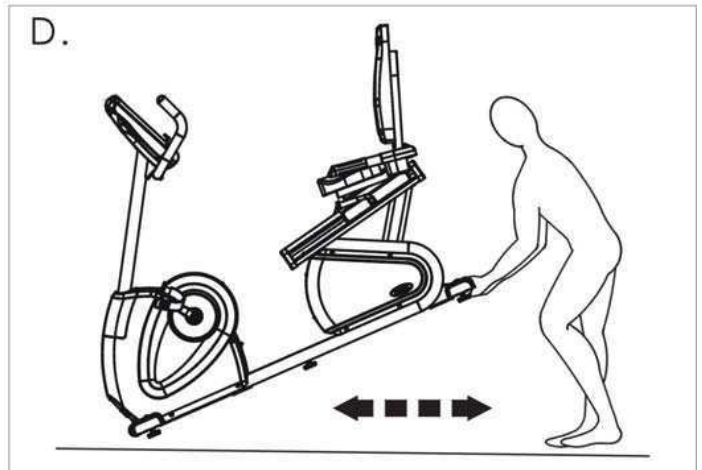
シート右側のレバーを引いて前後の調整をします。

## 背もたれシート調整方法



背もたれの調整は左のレバーで調整します。

## 本体移動方法



本体を移動するときは後方を持ち上げると前脚にある2個のホイールによって楽に移動することができます。

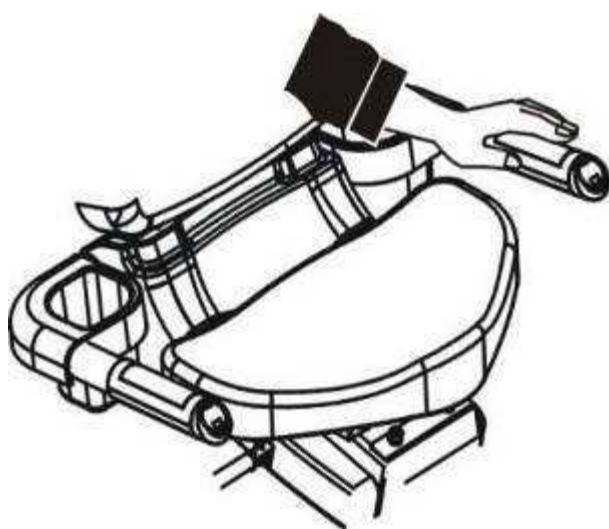
## 脈拍センサー

### ハンドルグリップ脈拍センサー

本機のハンドルに置き、両手でハンドルに付いている上下のセンサーを握ることで測定できます。

強く握りすぎないでください。強く握りすぎる場合、血圧を測定してしまうため、軽く握ってください。本機のハンドルを軽く握ると、コントロールパネルに脈拍を表示できます。また受信によっては数値が上がりすぎたり、下がりすぎたりする場合がございます。

表示するまで約20秒ほど掛かる場合がございます。



#### 【お願い】

手の乾燥、センサーの汚れ等で脈拍が感知しにくい場合がございます。

手の乾燥の場合は霧吹き等で湿らせてみてください。

センサーの汚れの場合は中性洗剤等を湿らせた雑巾などで上下のセンサーの汚れを拭き取ってください。

#### 警告！

本脈拍センサーは、医療器具ではありません。あくまでも目安としてお使いください。

# Wifi 設定

## Wifi について

本製品には Wifi が受信出来るようになっております。

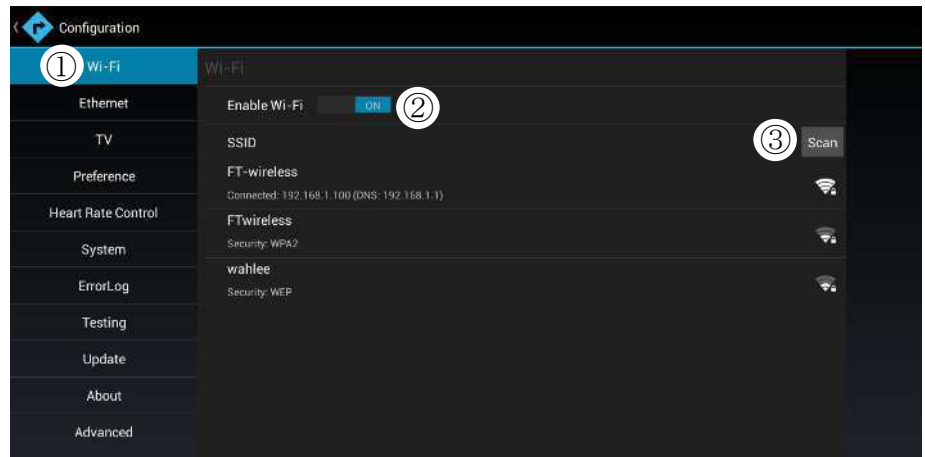
Wifi により画面上でインターネット等の機能が使えるようになります。

設定前にお部屋の Wifi 環境をご確認ください。

1. エンジニアリングモード起動 (Wifi設定)  
画面右上にあるcircleマークを5秒間長押しします。



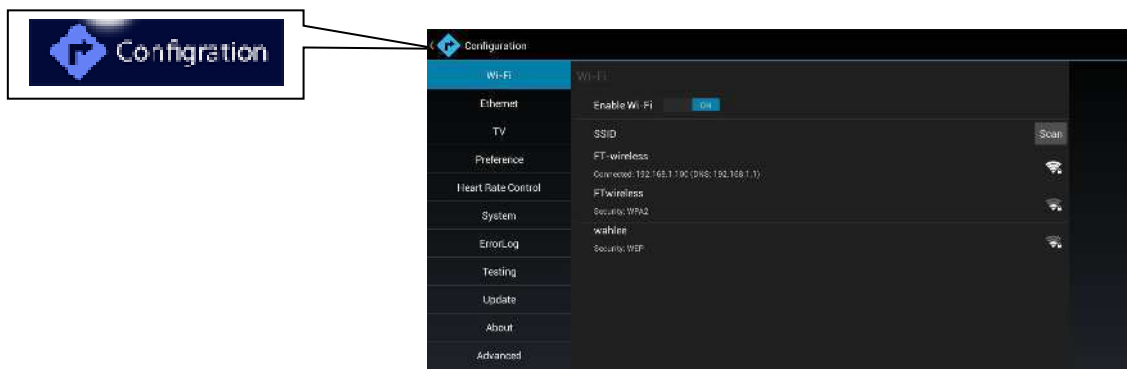
2. Wi-Fi 設定モード (右図①) を表示させ、Enable Wi-Fi (②) を「ON」にします。  
Scan (③) を押して、繋げる Wifi を押します。



3. Wi-Fiのパスワードを画面下に出てくるキーボードで入力します。  
入力後 ↑ で決定します。



4. 設定終了後、画面左上の右図の「Configuration」を押すとホーム画面に戻ります。



# テレビ設定

## テレビ設定方法

エンジニアリングモード起動 (Wifi 設定)

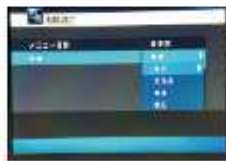
画面右上にある circle マークを約 5 秒間長押しします。



右図①TV を押す

②Ch↓を押して地域を反転させる

地域名一覧が出るので Ch↓ で選び③OK を押す。



地域が右図の様に表示されていることを確認して

Ch↓を押して「次へ」を反転させて OK を押します。



スキャンを自動で開始します。

スキャン完了後、「保存」ボタンが反転しているのを確認して OK を押します。

設定終了後、画面左上の右図の「Configuration」を押すとホーム画面に戻ります。



**操作を間違えた場合はキーパッドにある矢印「←」もしくは TV①を押して下さい。**

# パネル説明



①		表示される言語を設定出来ます。
②		クイックスタート（簡単操作）
③		7種類のトレーニングメニューが選べます。
④		時間、距離、カロリーを設定してトレーニングが出来ます。
⑤		4種類の心拍数トレーニングが出来ます。
⑥		アメリカ基準での7種類の体力テストが出来ます。（心拍ベルト必要）
⑦		12種類からの風景を選び、仮想的な風景の中でトレーニングが出来ます。
⑧		インターネットやテレビなどを見ながらトレーニングが出来ます。



# 操 作 説 明

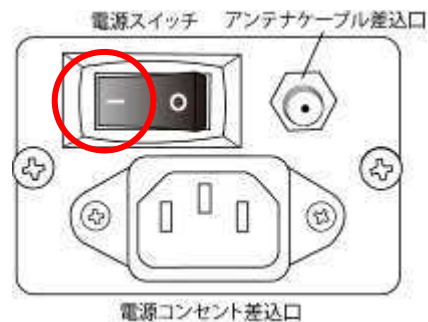


①	一時停止	: ボタンを押すと本機の作動を一時停止できます。
②	停止	: ボタンを押すと運動を停止し、運動情報ページに入ります。
③	クールダウン	: 運動を終了する前、徐々に負荷が軽くなり、5分後自動的に運動を終了します。
④	負荷調整スライドバー	: 指でスライドさせてチェックを押すと負荷レベルが簡単に調節出来ます。
⑤	ワット (WATT) バー	: 負荷強度を表示します。
⑥	距離	: 運動した距離を表示します。(10m単位)
⑦	経過時間	: 運動を開始してからの経過時間が表示されます。
⑧	カロリー	: 消費カロリーが表示されます。
⑨	心拍数	: グリップセンサーやチェストベルトを装着して運動時の心拍数を見ることが出来ます。
⑩	ペース	: 1kmを走行するのに必要な時間が表示されます。
⑪	距離や時間などの表示方法を変更出来ます。	詳しくはP
⑫	運動中でもテレビ、インターネットなど画面を切り替えることが出来ます。	P
⑬	レベルグラフ (青棒)	: 1分ごとの負荷レベルを棒グラフで表します。

# 運動方法（クイックスタート）

## はじめに

コンセントを差し込んで、本体前方にある電源スイッチを「I」マーク側へ押し、電源を入れてください。



- ① 軽くペダルを漕ぎながら QUICK START (クイックスタート) ボタンを押します。



- ② 運動を開始します。

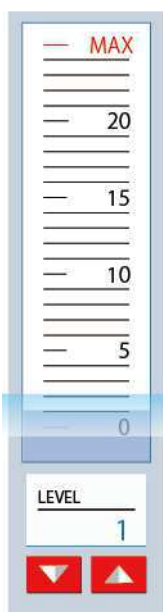


# 運動方法（クイックスタート）

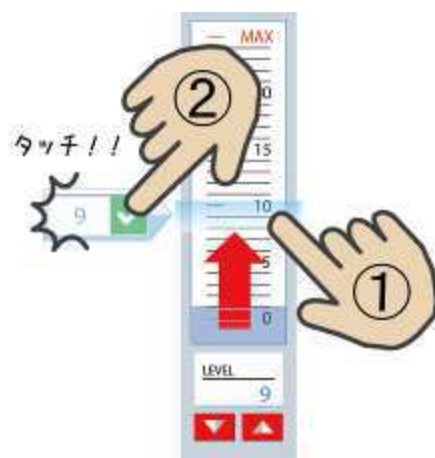
## 負荷レベル調整方法

### スライダーでの調整方法

- ① 運動開始後、画面右に表示されてるスライダーに LEVEL1 と表示されます。



- ② 下図を参考に指でバーをスライドさせて希望の速度にします。速度が決まったらチェックマークにタッチして確定させます。画面の ▲ ▼ マークでも 1LEVEL ずつ調整ができます。



### ハンドルボタンでの調整方法

#### LEVEL 調整方法

右ハンドルに付いている「+」ボタンを押すと負荷 LEVEL が1 ずつ上がります。また左ハンドル「-」ボタンを押すと LEVEL が1 ずつ下がります。



## 運動方法（クイックスタート）

### 運動を終了するには

負荷 LEVEL を最低数値までスライダー、  
▲ ▼ ボタン、ハンドルボタンのいずれか  
で下げてください。



停止ボタンを押して終了させます。



### クールダウン機能について

#### クールダウン

クールボタンを押すと、5分間、自動的に負荷を徐々に軽くして急激に運動を停止するのを防ぎます。

#### ●クールダウンの重要性

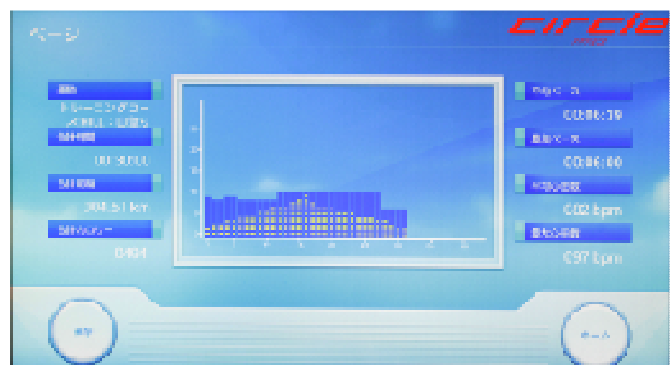
運動を急停止させるという事は筋肉や神経、肺、心臓などに負担が掛かります。  
また疲労を素早く取り除く効果もあります。  
運動開始のウォームアップが必要な様にクールダウンも必要です。

運動終了後に画面にすべての結果が表示されます。画面を初期画面に戻すの

であれば  ホームボタン

また USB メモリースティックを差している場合は  保存ボタン  
を押して、USB に記録させます。

**USB の使い方 P39 参照**



# 表示画面の説明

## 運動中の画面説明

画面上部に距離、経過時間、カロリー、心拍数、ペースが表示されます。

距離 000.00	経過時間 00:00:00	カロリー 0000	心拍数 000	ペース 00:00:00
--------------	------------------	--------------	------------	-----------------

距離、カロリー、心拍数、ペースは緑の三角部分をタッチすると選択項目が現れます。

距離 000.00	経過時間 00:00:00	カロリー 0000	心拍数 000	ペース 00:00:00
--------------	------------------	--------------	------------	-----------------

心拍数  
最大心拍数  
平均心拍数

タッチ

## 選択項目説明

距離 000.00	距離を表示します。(10m単位)
速度	運動時の速度を表示します。
RPM	1分間のペダルの回転数を表示します。
カロリー 0000	消費カロリーを表示します。
カロリー	毎運動開始からの消費カロリーを表示します。
カロリー/時	現在の1時間あたりの平均消費カロリーを表示します。
心拍数 000	心拍数を表示します。
心拍数	運動時の心拍数を表示します。
最大心拍数	運動開始からの最大の心拍数を表示します。
平均心拍数	運動開始からの平均の心拍数を表示します。
ペース 00:00:00	ペースを表示します。
ペース	現行速度で1kmを走行するのに必要な時間を表示します。
平均ペース	運動過程での1km当たりの必要な最短時間を表示します。
最良ペース	運動過程での1km当たりの平均必要な時間を表示します。

# 表示画面の説明

## 運動中の画面説明

速度と角度の画面は3種類あります。上記の画像はプロフィール画面、画面上のプロファイル、ラップボタン、シンプルボタンで切り替えが出来ます。



## プロフィール画面

運動中は距離や時間などの情報は画面上部に表示されます。また、LEBEL（レベル）は青い縦棒にて表示されます。



## ラップ画面

画面上にコーストラックが現われて、コース上のどの辺りを走っているか白い丸で表されます。また中心には周回数が表示されます。



## 表示画面の説明

### シンプル画面

簡単な運動情報(3つのサブウィンドウ)+メインウィンドウを表示し、一番見たい運動データをサブウィンドウからメインウィンドウに切り替えることができます(サブウィンドウの右矢印キーを押すと、メインウィンドウに切り替えることができます)



## 他機能ボタンの説明

ここでは運動中の画面下に出ている多機能ボタンについて説明します。  
運動中に切り替えることも出来ます。



スポーツ

通常の運動画面となります。

テレビ

**チャンネル選択**：キーパッドを押すとテンキーがポップアップされ、チャンネルを選択でき、或いは CH 上下矢印キーで行うことができます。

**音量調整**：VOL の上下矢印キーで行います。

**お気に入りチャンネル**：見ているチャンネルは☆ (黄) を押すとお気に入りチャンネルに登録でき、チャンネル数字が左側のお気に入り欄内に表示されます。見ているチャンネルがすでにお気に入りチャンネルの場合、☆ (白) を押すとお気に入りチャンネルリストから削除されます。

スクリーンの中を長押しすると、フルスクリーンに変わり、フルスクリーンの状態でスクリーン中を長押しすると戻ることができます。フルスクリーンの状態で、上方にドロップダウンボタンがあり、運動情報をドロップダウン表示します (3 秒後、自動的に消えます)。ハンドルボタンで速度と傾斜を調整する場合、スクリーン中に調整スライダーが表示され、この時スライド調整を使用できます。



画像は他機種を使用



## 他機能ボタンの説明

ここでは運動中の画面下に出ている多機能ボタンについて説明します。



### 音楽

機器自体の接続ケーブルでスマートフォンに接続すると、スクリーン上にスマートフォン内の音楽情報 (iPhone) 或いは内部データ (Android) が表示され、スマートフォン内の音楽 (MP3) を機器上で再生/選択/一時停止等のコントロールを行うことができ、またお気に入り音楽を Favorite に表示すると、選択リストを作成できます。

注1) APPLE 30 Pin の関連製品のみをサポートし、8Pin-Lightning 製品は、純正アダプタを使用できますが、若干の機能をサポートしていません。

注2) 一部の Android スマートフォンの MTP をサポートしないものは、この音楽操作機能を使用できませんが、充電することは可能です。接続する前、まずスマートフォンのロックを解除してください。

注3) 接続後、読み込みまで時間が掛かる場合がございます。また初めに機器内のすべてのフォルダーが表示されますので、音楽が入っているフォルダーを選択して下さい。



画像は他機種を使用

## 他機能ボタンの説明

ここでは運動中の画面下に出ている多機能ボタンについて説明します。



### 仮想接続

景色を見ながら運動出来ます。

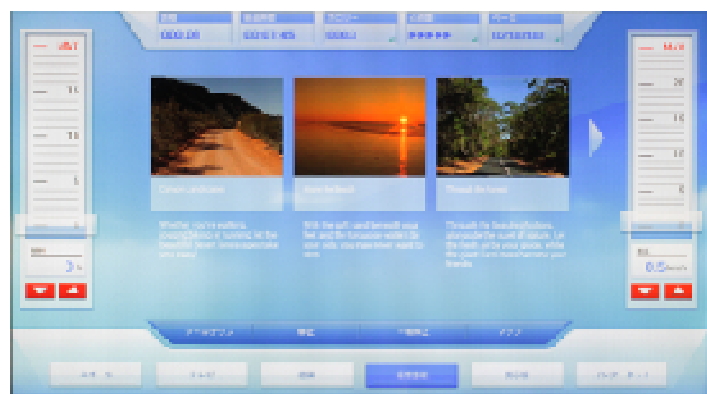
**仮想接続**：運動時、風景動画を再生し、動画再生速度は、ペダルスピードに伴い変更します。下に表示されている「仮想接続」ボタンを押して、コースを選択します。

運動開始後、スクリーン表示のいずれかの部分を押すと、フルスクリーンに変わり、フルスクリーンの状態でスクリーンのいずれかの部分を押すと戻ることができます。

フルスクリーンの状態で、上方にドロップダウンボタンがあり、運動情報をドロップダウン表示します(3秒後、自動的に消えます)。ハンドルボタンで速度と傾斜を調整する場合、スクリーン中に調整スライダーが表示され、この時スライド調整を使用できます。

①

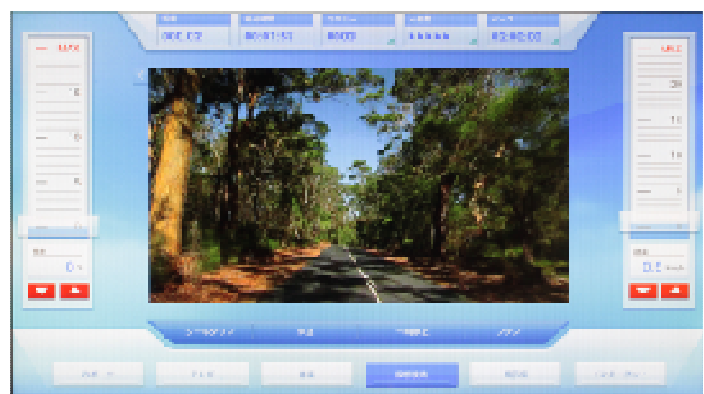
仮想接続ボタンを押します。  
希望の景色をタッチして選択します。(画面の▷ボタンで次の景色選択ページに移動出来ます)



画像は他機種を使用

②

走行スピードと共に景色が変わっていきます。



画像は他機種を使用

## 他機能ボタンの説明

ここでは運動中の画面下に出ている多機能ボタンについて説明します。



### 掲示板

掲示板：機器管理者から発表された関連の情報を見ることができます。



画像は他機種を使用

### インターネット

インターネット：多くのネットワークリンクを内蔵し、インターネットに接続してウェブページを閲覧できます。(P40・41 参照)



## プログラムコントロール

**マニュアル**：体重と時間を入力して好みのレベルで運動します。

**STRENGTH**：筋力の向上、筋持久力の向上、筋量の増加などをアシストします。

**山頂**：山を登り少し山頂を走ってまた下りというようなトレーニングです。

**FATBURN**：中低強度運動で、酸素を安定して供給させることで減量をアシストします。

**RAMP**：一定強度の運動を一定時間負荷をかけるトレーニングです。

**体力**：高強度運動をシミュレーションします

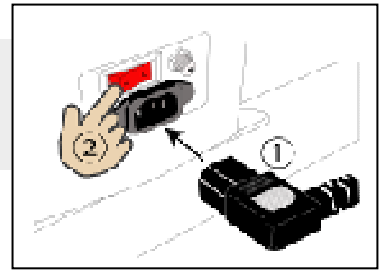
**インターバル**：高負荷と低負荷を交互に繰り返すトレーニング方法です。  
無酸素運動なのでスタミナをつけるのに最適なプログラムです。

**一定のワット量**：任意でプログラムを作成します。



## プログラムコントロール

コンセントを差し込んで、本体前方にある電源スイッチを「I」マーク側へ押し、電源を入れてください。



### トレーニングコース：マニュアル


① 画面左下の「トレーニングコース」をタッチします。



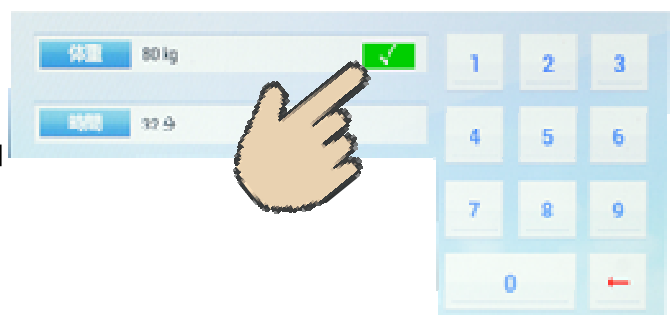
② マニュアルをタッチします。



③ 体重と運動時間を入力します。

数字入力を訂正したい場合は  キーを押すと削除できます。

入力後に決定ボタン  を押します。



 ボタンを押すと運動を開始します。

運動開始後の操作や終了までの操作は P20・P21 を参照して下さい。  
設定した時間にカウントが終了するとピッピッピッとブザーが 3 回鳴りプログラム実行が終了したことを示し、【ホームか保存選択画面】になります。

## プログラム内容説明

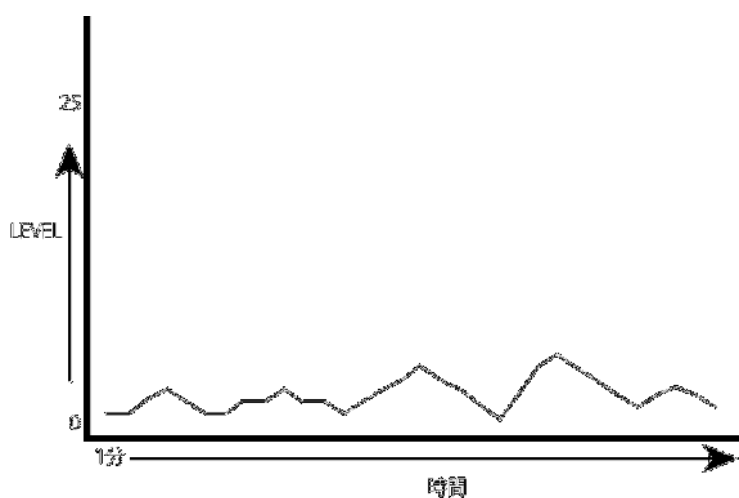
プログラムトレーニングは角度を自動で変化させて行うトレーニングです。  
スピードは任意の入力となりますので無理のないご自身の体力に合ったスピードでトレーニングして下さい。操作方法は前ページと同じで体重と時間を任意で入力します。  
初級、中級、上級が選べれるのでご自身に合ったレベルで運動して下さい。



### STRENGTH:起伏のある丘

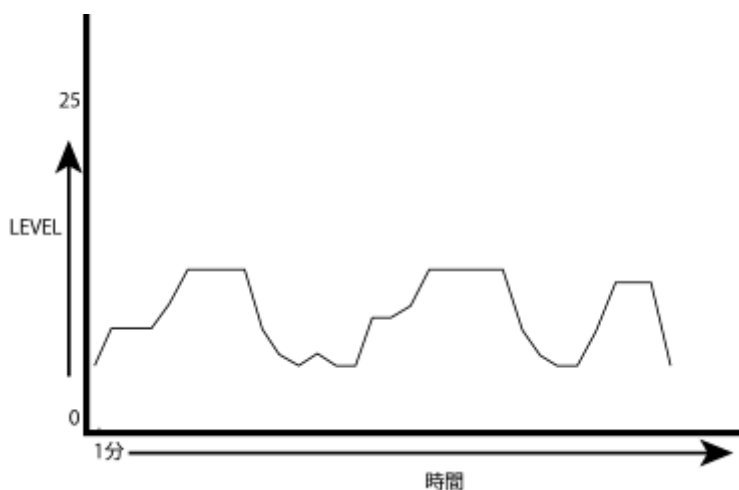
筋力・筋量の向上を目指したトレーニングです。

下記図は全体的な負荷の変化をグラフで表したもので詳しくはパネルの表示でご確認下さい。



### 山頂

山を登り少し山頂を走ってまた下りというようなトレーニングです。

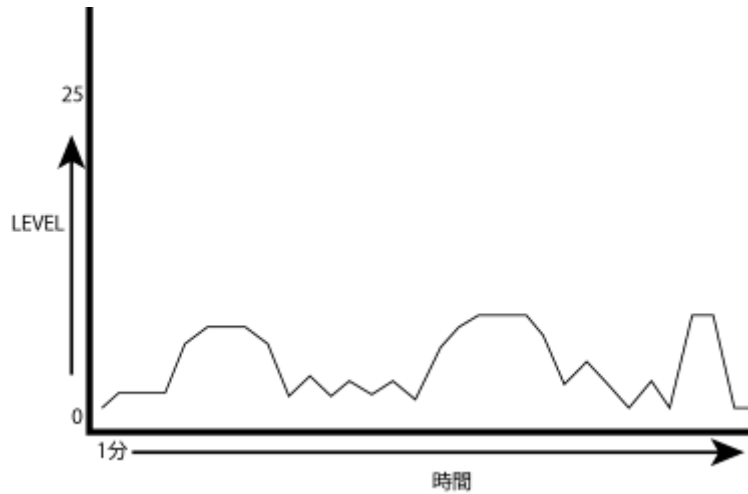


## プログラム内容説明



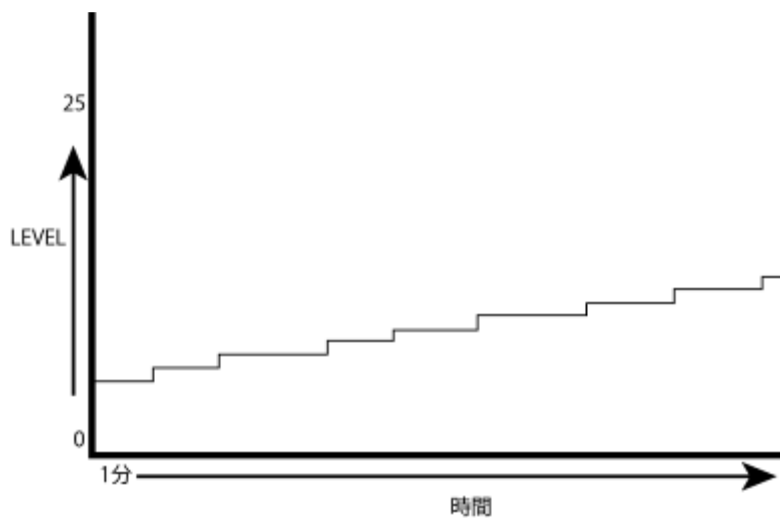
### FATBURN: 脂肪燃焼

脂肪を燃焼させるために最も適したプログラムです。



### RAMP: ランプ負荷

一定強度の運動を一定時間負荷をかけるトレーニング

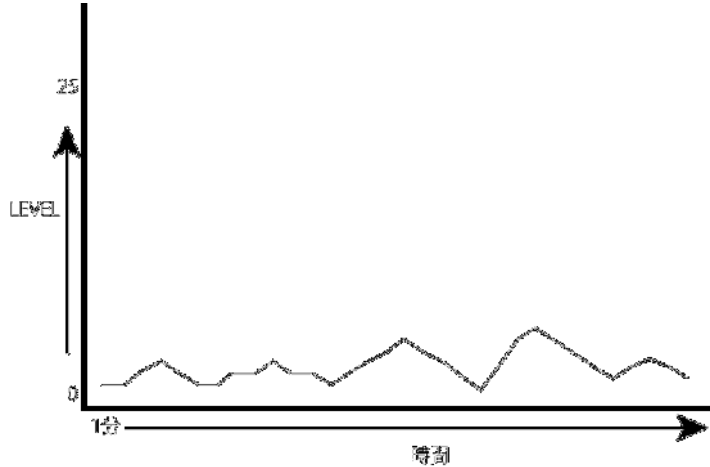


## プログラム内容説明



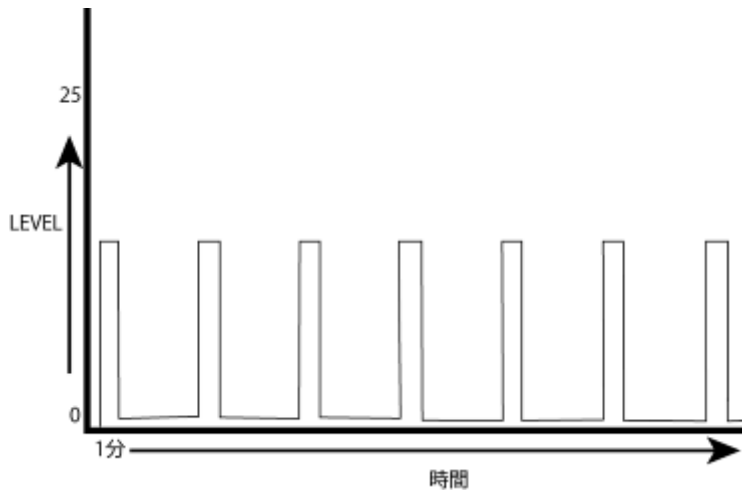
### 体力：STRENGTH

筋力の向上、筋持久力の向上、筋量の増加などをアシストします。



### インターバル

高い負荷と低い負荷を交互に行うトレーニングです。



### 一定のワット量

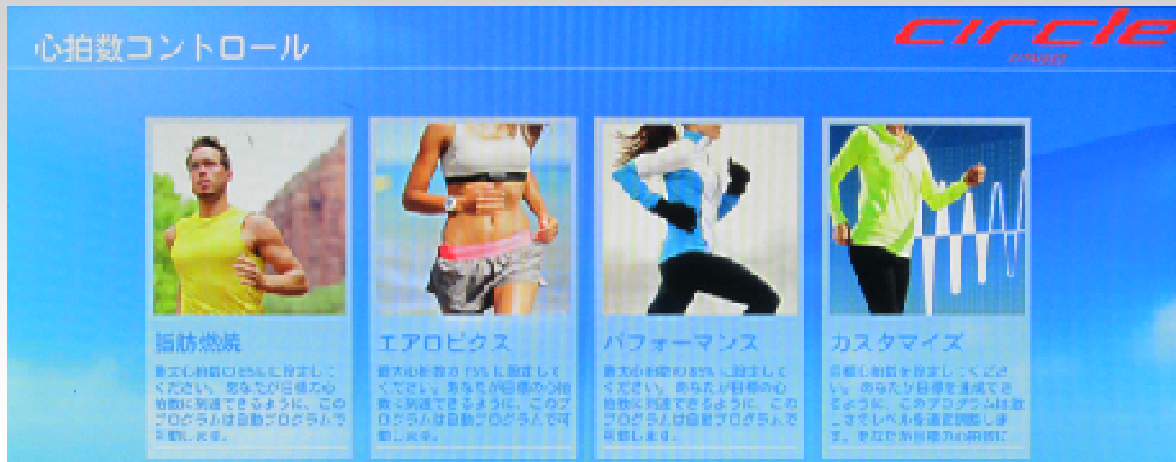
任意で決めたワットをセットできるプログラムです。

運動時に目標設定したワット数よりも上下した場合、自動で負荷レベルを変化させて目標設定値ワットに近づけます。年齢・体重・目標ワットを入力してください。



## 心拍数コントロール

速度や角度を自動で変化させて、目的の心拍数を一定に保つメニューです。



### 脂肪燃焼

減量モードで、最大脈拍数 60%～70%の中低運動強度脈拍数を設定でき、プログラムは運動強度を自動的に調整して設定した脈拍数に達することができます。

### エアロビクス

心肺強化モードで、最大脈拍数 71%～80%の中高運動強度脈拍数を設定でき、プログラムは運動強度を自動的に調整して設定した脈拍数に達することができます。

### パフォーマンス

心肺機能を向上するトレーニングで、最大脈拍数 81%～90%の高運動強度脈拍数を設定でき、プログラムは運動強度を自動的に調整して設定した脈拍数に達することができます。

### カスタマイズ

目標の脈拍数を入力して、その脈拍数を一定に保つ為に自動でレベルを変化するメニューです。

### Vo2 テスト

最大酸素摂取量。



#### GERKIN プロトコル

プログラムは、運動強度を使用者の脈拍が最大脈拍数の 85% に達するまで自動的に増して、使用者は速度と傾斜を自ら調整できず、テストを終了しない限り、手動で停止すると終了と見なされません。本プログラムは、無線式チェストベルトを装着する必要があります。

#### COOPER テスト

プログラムで 12 分間運動を行い、使用者自身で速度をコントロールし、テストを終了しない限り、手動で停止すると終了と見なされません。

#### USMC PFT : 海兵隊テストプログラム

4.8 km/3 マイル距離テストで時間を計測します。

#### 陸軍 PRT : 3.2 km/2 マイル距離テスト

#### 海軍 PRT : 2.4 km/1.5 マイル距離テスト

#### USAF PFT : 2.4 km/1.5 マイル距離テスト

#### 連邦法テストプログラム : 2.4 km/1.5 マイル距離テスト

## その他の機能説明



### USB ポート/イヤホンジャック



USB ポート：音楽データの読み込み、データの保存とプログラムの更新用です。  
USB スティック等で保存可能です。

音源のイヤホンジャック（音源再生 3.5mm のコネクタはいずれも使用可能）  
※イヤホンケーブルの差込用に使用します。

### USB ポートについて

USB スティックを USB ポートに差し込みます。  
運動終了後に  保存ボタンを押します。  
保存が完了するとファイル名が表示されます。  
終了後  ボタンを押して終了させます。



### 保存データについて

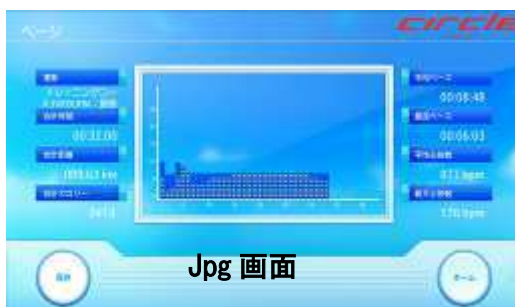
USB で保存したデータはパソコンで開くことができます。  
ファイルは下記のように表示されます。



アルファベット 1 文字      数字 2 桁

データは jpg 画像と csv データの 2 種類に保存されています。（右図）jpg ファイルは右図のような画面で、また csv ファイルはエクセルなどで関連付けて開くとトレーニング機器のタイプ、時間、距離、カロリー、ペース、ベストペース、脈拍（アベレージ）、脈拍（最大）が表示されます。

T-201601130653.csv	2016/01/13 6:54
T-201601130653.jpg	2016/01/13 6:54
T-201601130615.csv	2016/01/13 6:15
T-201601130615.jpg	2016/01/13 6:16
T-201601130600.csv	2016/01/13 6:00
T-201601130600.jpg	2016/01/13 6:00



	A	B	C
1	Type	Treadmill	
2	Time	0:32:00	
3	Distance	003.63 km	
4	Calories	413	
5	Pace	0:08:48	
6	Best Pace	0:06:03	
7	Average Heart Rate	077 bpm	
8	Max Heart Rate	176 bpm	
9	<b>CSV ファイル</b>		

## その他の機能説明

### 充電機能について

パネルの下側にあるケーブルでスマートフォンなどを充電することができます。  
AndroidはMTP(メディア転送プロトコル)付き携帯電話をサポートします。i-Pod 対応  
i-Phone 4S, i-Phone 4, i-Phone 3GS/ i-Pod touch (第1~4世代)  
ケーブルをホルダーから外してメディアデバイスに差し込んで充電してください。



i-Phone



Android

### お手入れ方法

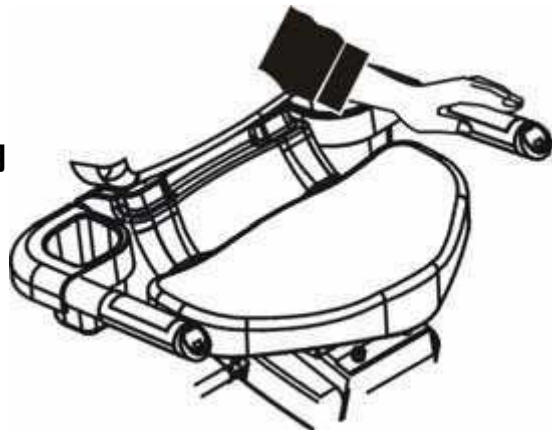
汗等でコントロールパネルが汚れた場合は中性洗剤を湿らせた雑巾などで拭いてください。

また、半年に一度取り付けボルトなどの増し締めをして下さい。



### ハンドグリップ脈拍センサー

汗等で通電し誤操作する場合がございますので、定期的に中性洗剤を湿らせた雑巾などで拭いてください。



- ◎ 本製品を湿気の多い場所に設置しないでください。故障の原因となるおそれがあります。
- ◎ 定期的に表面上の汚れを清掃してください。
- ◎ コントロールパネルを清潔に保ち、付いた汗をタオルなどで拭きとってください。
- ◎ マシンの表面を中性洗剤を湿らせたタオルなどで汚れを拭き取ってください。
- ◎ 静かな運動環境を保ちます。

### 注意：

**リカンベントバイク**を中性洗剤を湿らせた柔らかいウエスできれいに拭き取ってください。化学原料又は溶剤の使用をご遠慮ください。マシンへの損傷を防止するため、マシンを水滴などがかかる場所や直射日光のあたる場所には設置したり保管したりしないでください。

## トラブルシューティング

本機にトラブルが生じた場合はまず下記を参考にしてください。また、分からない場合は販売店様へ詳しい症状をご連絡してください。その際に必ずシリアル番号をお聞きます。

症状/表示エラーコード	原因	対処方法/確認箇所
パネル(画面)が何も表示されない	電源が入っていない	電源プラグがコンセントにきちんと差し込まれているか確認してください。電源スイッチをいったん OFF にし、再び ON にしてください。組立て時に接続したコネクタを一度外して、再び差し込んでください。それでも改善されない場合は販売店へご連絡してください。
パネルの表示数値が動かない	接続不良	組立て時に接続したコネクタを一度外して、再び差し込んでください。それでも改善されない場合は販売店へご連絡してください。
脈拍が表示されない	手の乾燥 グリップセンサーの汚れ	手が乾燥していますと、表示しにくい場合があります。センサー部分を中性洗剤を湿らせたタオルなどで汚れを拭き取ってください。手を湿らせて再度握ってください。
力を入れて漕ぐとシートから音がする	設計上、シートの調整をしやすいようにシートの土台と調整レールの間に多少隙間があいていて音が鳴る場合がございます。	あまり体を揺らさないようにしながら漕いでください。
漕ぐと本体内部付近から高い音がする	タイミングベルトの消耗 タイミングベルトの伸び	ご購入店にお問い合わせ下さい。
漕ぐと滑るような感じがする	タイミングベルトの緩み	本体カバーを開けるとタイミングベルト調整バネがありますので引っ張って調整して下さい。

## 商品仕様

名称	<b>CIRCLE</b>
形式	<b>R8 E Plus</b>
電源	単相 AC100V 50/60Hz
表示機能	レベル、ワット、距離、時間、カロリー、脈拍、ペース
ストライド	約 50cm
負荷レベル	25 段階(50W～400W)
脈拍(パルス)方式	グリップセンサー式
使用体重制限	150kg 以下
外形寸法	(約)L157×W62×H135 cm
その他機能	ファン、クイックシフト、オーディオ外部ジャック、USB 機能
オプション	チェストベルト(別途お買い求めください)
本体重量	約 63Kg
最大使用体重	150Kgまで
付属品	簡易組み立て用工具、取扱説明書(品質保証書付き)
原産国	台湾

2016 年 8 月 現在

## 保証規定（業務用）

※ お断りなく仕様を変更する場合がありますのでご了承ください。

- 1.) 取扱説明書に従った正常な使用状態で、お買い上げ後1年以内に故障した場合には無償修理いたします。
- 2.) 無償修理期間内に故障して修理を受ける場合は、商品に本書を添えてご購入店または(株)中旺ヘルスへ依頼または送付してください。
- 3.) 無償修理期間内でも次の場合には有償修理になります。
  - ・ 使用上の誤りおよび不当な修理や改造による故障および損傷。
  - ・ お買い上げ後の落下などによる故障および損傷。
  - ・ 火災、地震、水害、落雷、その他の天災地変、公害や電源の異常電圧による故障および損傷。
  - ・ 本書の提示がない場合。
  - ・ 本書にお買い年月日、お客様名、販売店名の記入のない場合、又は字句を書き替えられた場合。
  - ・ 故障の原因が本製品以外に起因する場合。・通常消耗する部品等
  - ・ 車両や船舶等に設置された場合に起因する故障および損傷。
- 4.) 本書は再発行いたしませんので紛失しないよう大切に保管してください。
- 5.) この保証書は本書に明示した期間、条件のもとにおいて無償修理をお約束するものです。したがってこの保証書によってお客様の法律上の権利を制限するものではありません。

## 品質保証書

このたびは、中旺ヘルス健康機器を、お買い求めいただきありがとうございました。本機は厳重な検査を行い高品質を確保しております。しかし通常のご使用において万一、不具合が発生しましたときは、保証規定によりお買い上げ後、一年間は無償修理いたします。

品名： CIRCLE

形式： R8E Plus

ご芳名：

ご住所：

TEL. ( )

お買い上げ店名：

®

住所：

TEL. ( )

お買い上げ年月日： 年 月 日

※本機の保証は、日本国内での使用の場合に限ります。  
This warranty is valid only in Japan.

※以下につきましては、必ず販売店にて、記入捺印して  
いただってください

シリアルNo.

「中旺ヘルス製品についてのお問い合わせ ・ ご相談は「中旺ヘルスお客様相談センター」

本社：〒452-0011 愛知県清須市西枇杷島町城並 3 丁目 2-2

E-mail : [hj@jp-chuoh.com](mailto:hj@jp-chuoh.com)

URL : [www.jp-chuoh.com](http://www.jp-chuoh.com)

東京営業所：TEL : (03)6659-9061