



ヘルスジョガー  
**HEALTH JOGGER**  
**HJ-7000T**

取扱説明書

業務用

要保存



## お客様へのお願い

このたびは、ヘルスジョガーをお買い上げ頂きまして、誠にありがとうございます。  
組み立ておよびご使用する前に、必ずこの説明書をよくお読みの上、正しくお使いください。  
指定以外の取り付け方や指定以外の使用方法をすると、事故やケガの原因となる場合があります。  
「取扱説明書」は、必ず、いつでも見られるところに保管してください。  
設置場所は水平な床の上に置き十分なスペースをとってください。

## 目次

■ 安全上のご注意	2-6
■ 各部の名称	7
■ 組み立て方法	8-14
■ コントロール画面	15
- ホーム画面	16
- キーボード操作説明	17
- 運動時/表示画面の説明	18-19
■ 5つのモードの説明	20
-1 QUICK START クイックスタート	20
-2 MANUAL マニュアルスタート	21
-3 PROGRAMS プログラム	22-25
-4 HR CONTROL 脈拍コントロールプログラム	26-28
-5 FITNESS TESTS フィットネステスト	29-31
■ 運動結果の表示	32
■ ミラーリング/画面キャスト	33-36
■ 機器の設定	37
■ トレーニング前の確認	38-39
■ メンテナンス	40-44
■ トラブルシューティング	45-47
■ 商品仕様	48
■ 保証書	49

## 安全上のご注意

### お使いになる前によくお読みください

- ここに示した警告サインと図記の例は、製品を安全に正しくお使いいただき、お使いになる人や、他の人々への危害や財産の損害を未然に防止するためのものです。
- 表示と意味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、人が死亡または重症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(注1)の発生が想定される内容を示します。

(注1) 物的損害とは、家具・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

	△記号は注意(警告を含む)を表示します。具体的な注意内容は、△の中や、近くに文章や絵で示します。左図の場合は“感電注意”を示します。
	⊘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、⊘の中や、近くに文章や絵で示します。左図の場合は“分解禁止”を示します。
	●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、●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。

## 安全上のご注意

## ●健康を害することのないために必ず守っていただきたいこと

⚠ 警告		⚠ 注意	
<p>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、リマウチ、痛風、妊娠中の方、リハビリ目的とする方は、必ず医師と相談の上使用してください。</p> <p>※事故や体調不良をおこす原因となります。</p>		<p>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。</p> <p>※ケガや健康を害する恐れがあります。</p>	
<p>運動中、身体に異常(めまい、冷や汗、吐き気、脈拍の乱れ、動機など)を感じたときはただちに運動をやめてください。</p> <p>※健康を害する恐れがあります。</p>		<p>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。</p> <p>※ケガや健康を害する恐れがあります。</p>	
		<p>食後や、疲労時、運動直後、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。</p> <p>※健康を害する恐れがあります。</p>	

## ●お子様の事故やケガを防ぐために必ず守っていただきたいこと

⚠ 警告		⚠ 警告	
<p>使用中、本機の周りにお子様を近づけないでください。</p> <p>※ケガをする恐れがあります。</p>		<p>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。</p> <p>※ケガをする恐れがあります。</p>	
<p>開梱したときにでるビニール袋で遊ばせないようにしてください。</p> <p>※窒息する恐れがあります。</p>		<p>本機にお子様があざさがったり、寄りかかったりしないように注意してください。</p> <p>※ケガをする恐れがあります。</p>	
		<p>お子様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。</p> <p>※ケガをする恐れがあります</p>	

## 安全上のご注意

## ●本機を安全に使用していただくために必ず守っていただきたいこと

 注意		 注意		
<p>本機は、取扱説明書に従って正しく使用してください。</p> <p>※ケガをする恐れがあります。</p>		<p>ご使用前に、ベルトに亀裂や摩擦などの変化がないか、接地部のがたつきやハンドルなどの接合部に異常がないか確認してから使用してください。</p> <p>※使用中に破損すると危険です。</p>		
<p>運動に適した服装で使用してください。回転、駆動部に巻き込まれる恐れがあるため、ひも類のない服装にしてください。</p> <p>※ケガをする恐れがあります。</p> <p>※衣服を損傷する恐れがあります。</p>		<p>乗降する場合などにハンドルにもたれかからないように注意してください。</p> <p>※転倒やケガをする恐れがあります。</p>		
<p>運動する前に必ず柔軟体操などを行って体をほぐしてから運動して下さい。</p> <p>※けがをする恐れがあります。</p>		<p>ベルトが一方に片寄ってきたり、はずれそうになったときは、使用を中止し、ただちにベルト調整ネジで調整してください。</p> <p>※ケガをする恐れがあります。</p>		
<p>本機は、別の用途に使用しないでください。</p> <p>※ケガをする恐れがあります。</p>		<p>ベルトの中央を歩いてください。</p> <p>※ベルトの端や左右に片寄って歩くとベルトの片寄りや摩擦、破損の原因となり、ケガをする恐れがあります。</p>		
<p>同時に2人以上で使用しないでください。</p> <p>※ケガをする恐れがあります。</p>		<p>トレーニング中、ベルトの走行方向に対し逆方向につっぱったり、足をひきずるような歩行はしないでください。</p> <p>※ケガをする恐れがあります。</p>		
<p>トレーニング中は必ず安全キーを使用してください。※事故を誘発する恐れがあります。</p>		<p>ベルト調整中はベルトに触れないでください。</p> <p>※ケガをする恐れがあります。</p>		
<p>最大使用体重制限は180Kgです。体重が180Kgを超える方は使用しないでください。</p> <p>※使用中、破損する恐れがあります。</p> <p>※安全装置が作動し、ベルトが急に停止する恐れがあります。</p>		<p>動かない場合や異常を感じたときは、使用を中止し、電源スイッチを切り、電源プラグを抜き、ご購入された販売店までご連絡ください。</p> <p>※発火したり、故障や事故の原因となります。</p>		
<p>歩行中、歩行デッキに飛び乗ったり、飛び降りたりしないでください。また、トレーニング中に本機を動かしたり、周囲の人が使用者を押ししたりしないでください。</p> <p>※事故の誘発や転倒の恐れがあります。</p>		<p>分解や修理、改造を行なわないでください。</p> <p>※発火したり、故障や事故の原因となります。</p>		
				

## 安全上のご注意

### ●設置や移動するときに必ず守っていただきたいこと

(テレビ等、電磁波の発生する機器より2メートル以上離れた場所に設置してください。)

⚠ 注意		⚠ 注意	
<p>乗り降りや運動に十分なスペースを確保してください。 ※事故の誘発や転倒の恐れがあります。</p>	!	<p>カバー内や歩行デッキを清掃などするときは、電源プラグを抜いてください。 ※事故の誘発やケガをする恐れがあります。</p>	
<p>水平な堅い床の上に設置してください。 ※転倒してケガをする恐れがあります。 ※本機が沈み込み、量・じゆうたんにベルトが擦れて損傷したり、摩擦熱で発火、発煙の恐れがあります。</p>		<p>本体を移動させるときは必ずデッキの後ろを持ってください。 ※事故の誘発やケガをする恐れがあります。</p>	
<p>表示ユニットを取り付けている固定用ネジやスタンドの取り付けネジが確実に取り付けができていないか、また調整部が適切に調整されているか、必ず確認してください。 ※ネジがゆるんだまま本機を使用すると、ケガをする恐れがあります。</p>		<p>移動時には、歩行デッキが折りたたみ止め具でしっかりと固定されていることを確認してください。 ※転倒やケガをする恐れがあります。</p>	
<p>本機の下に破れにくく、滑りにくいシートなどを敷いてください。 ※本機がシート上で滑り、転倒してケガをする恐れがあります。 ※床面を傷つけたり、汚したりする恐れがあります。</p>		<p>本機を手前に傾けるときは、デッキの後方を持ってください。 ※デッキの後方を持って移動しないと事故の誘発やケガをする恐れがあります。</p>	
<p>電源プラグや電源コードは濡れたり燃えやすい物が近くにあることを確認して使用してください。 ※感電、発火の原因になります。</p>		<p>屋外や浴室付近、湿気やホコリの多いところ、水滴などがかかる場所には設置したり保管しないでください。 ※感電する恐れがあります。 ※さびが発生したり故障の原因になる恐れがあります。</p>	
<p>設置や移動をするときは、電源プラグを抜いてください。 ※感電する恐れがあります。 ※事故の誘発やケガをする恐れがあります。</p>		<p>ベルト面が直射日光に当たる場所や、高温の場所には設置しないでください。 ※ベルトの劣化の原因になります。 ※カバー等が変形することがあります。</p>	
		<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。 ※腰痛やケガの恐れがあります。</p>	

## 安全上のご注意

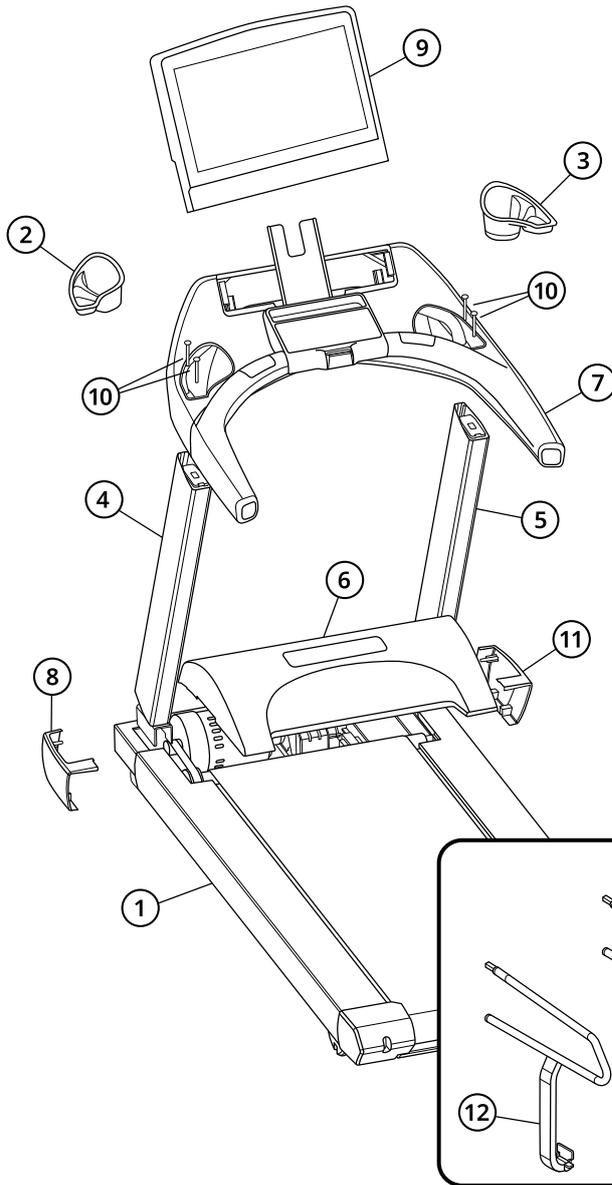
## ●電源の取り扱いについて必ず守っていただきたいこと

⚠ 警告		⚠ 注意	
電源プラグを濡れた手で抜き差ししないでください。 ※感電やケガをする恐れがあります。		使用後は電源スイッチを切り、使用時以外は電源プラグをコンセントから抜いてください。 ※事故やトラブルにつながる恐れがあります。	
電源は必ず交流100V/15A常時1500W供給できるコンセントを使用してください。 ※火災や感電の原因になります。		電源プラグを抜くときは電源コードを持たず、必ず電源プラグを持って引き抜いてください。 ※電源コードが断線やショートして火災や感電の原因になります。	
タコ足配線は、使用しないでください。 ※火災や感電の原因になります。			
電源プラグはホコリを拭き取り、コンセントにしっかり根元まで差し込んでください。 ※感電、ショート、発火の原因になります。 ※使用中に電源プラグが抜けると急にベルトが停止し、ケガをする恐れがあります。		アースは確実に取り付けてください。 ※静電気や故障のときの感電防止のために、アースは必ず取り付けてください。アースの取り付けは、お買い上げの販売店、電気工事店へご相談ください。 (取り付け工事は有料です。)	

## お願い

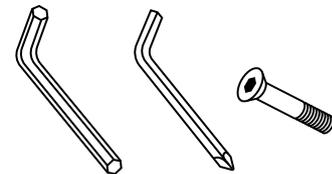
- 本機を火気あるいは熱源の近くに保管しないでください。
- 本機の表示ユニットは精密な電子部品でできています。移動するときなどに衝撃を与えたり振動の加わる場所での使用は避けてください。(動作が不安定になったり破損する場合があります。)
- 本機の使用環境運度は+10℃～40℃です。この温度範囲以外での使用は避けてください。(故障の原因になります。)
- 運動中は、タバコを吸わないでください。
- 歩行デッキやベルトの隙間などに異物を入れないでください。特にお子様のいるご家庭は注意してください。(異物が入ったままで使用すると故障の原因になります。)
- 本機を廃棄するときはお住まいの市区町村の指導に従って処分してください。
- (環境汚染の恐れがあります。)

## 各 部 名 称

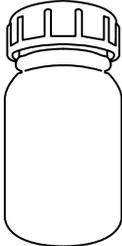


番 号	名 称
1	メインフレーム
2	左トレイ
3	右トレイ
4	左支柱
5	右支柱
6	モーターカバー
7	ハンドルバー
8	左支柱カバー
9	コンソール
10	ボルト M8×55×4本
11	右支柱カバー
12	左手すり
13	右手すり

工 具
5mmレンチ
6mmレンチ



### メンテナンス用

		
シリコン	スポイト	ベルト用ヘラ

## 組立方法

### 組立前の確認

- 必ず軍手や手袋などで手を保護してから組み立てを行って下さい。
- 組み立て手順に従って指定された位置のボルトは確実に止め、組み立てて下さい。  
※ネジが緩いと危険です。
- 組み立て時は床などを傷つけないよう十分ご注意下さい。
- ストープやコンロなど、火気のある場所ではそれらの器具から十分に離れた場所でお使い下さい。
- 必ず屋内で使用し、水のかかる場所や直射日光のあたる場所での使用は避けて下さい。
- 使用中に組み付けたボルトが緩んできた場合は再度、組立手順にもとづき、増締めを行って下さい。
- ベンジン・酸・熱湯・シンナー・ミガキ粉・石油などでのお手入れは避けて下さい。  
必ず堅く絞ったぞうきんなどで、拭くなどして下さい。

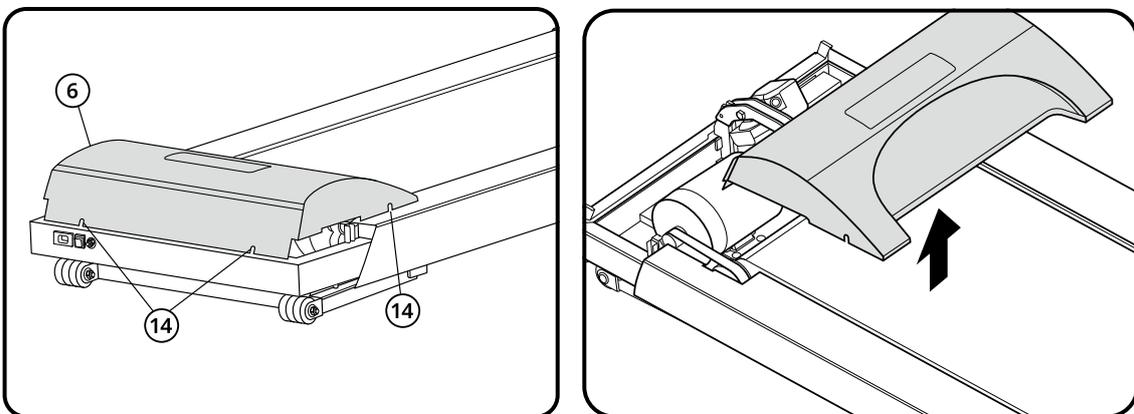
### 組立方法

#### ステップ1:開梱

箱を開け、中から部品を取り出してください。

#### ステップ2:モーターカバーの取り外し

ネジ⑭を外し、モーターカバー⑥を取り外してください。



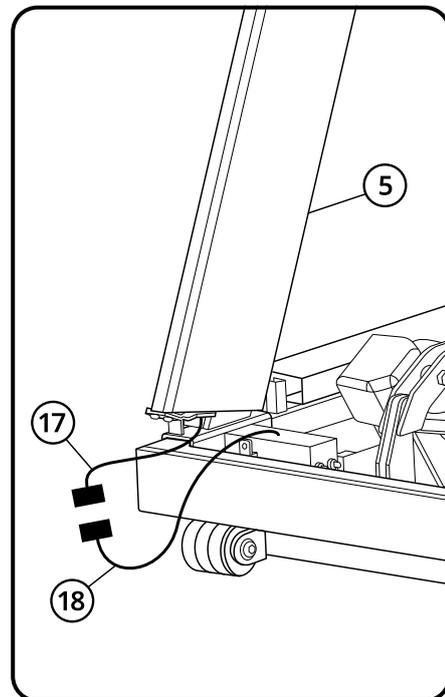
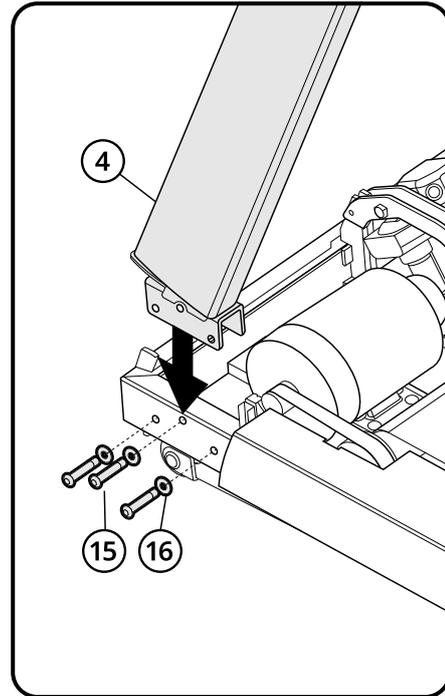
### ステップ3:支柱を立てる開梱

箱を開け、中から部品を取り出してください。

- A) 左支柱④（左図参照）からボルト⑮とワッシャー⑯を取り外してください。
- B) 左支柱④を本体フレームに差し込み、ボルト⑮とワッシャー⑯で取り付けてください。この時点ではきつく締めないでください。ステップ4で増締めします。
- C) Bと同様に右支柱⑤からボルト⑮とワッシャー⑯を取り外してください。
- D) 右支柱⑤を本体フレームに立て、ケーブル⑰を上から入れてください。この時点ではボルト⑮とワッシャー⑯は、きつく締めないでください。

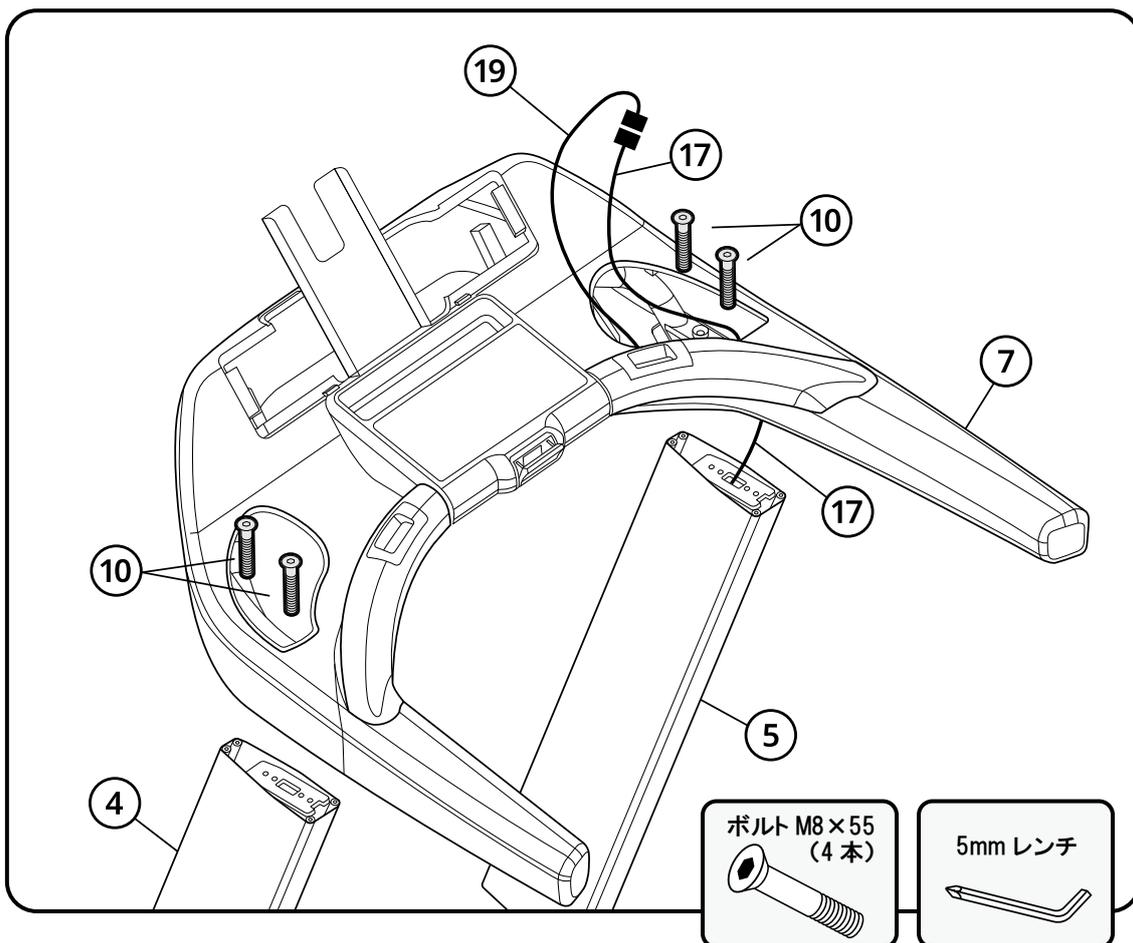
注意)右支柱⑤と本体フレームが、ケーブル⑰とケーブル⑱を挟んで切断しないように気をつけてください。

- E) 右支柱⑤の下から出るケーブル⑰と、本体から出ているケーブル⑱を接続してください。
- F) 最後に左右のボルトとワッシャーをしっかりと締めてください。



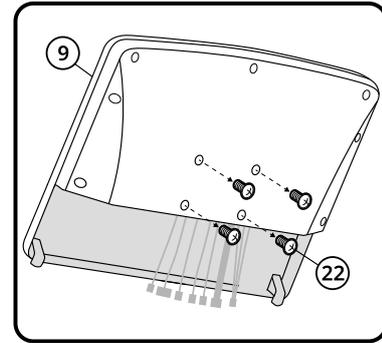
## ステップ4:ハンドルバーの取り付け

- A) 左右の支柱④⑤の上にハンドルバー⑦を持ち、右支柱⑤の上から出ているケーブル⑰をハンドルバーの右の4角の穴に通してください。
- B) ハンドルバー⑦を左右の支柱の上に置きます。このときケーブル⑰を切断しないように気をつけてください。
- C) ハンドルバー⑦と左右の支柱のボルトの穴を合わせてください。
- D) 別パッケージに入っているボルト⑩でハンドルバー⑦と左右の支柱を取り付けてください。
- E) ステップ3. B)とステップ3. D)で左右支柱下に差し込んだボルト⑮を締めてください。
- F) ケーブル⑰とケーブル⑲を差し込んでください。

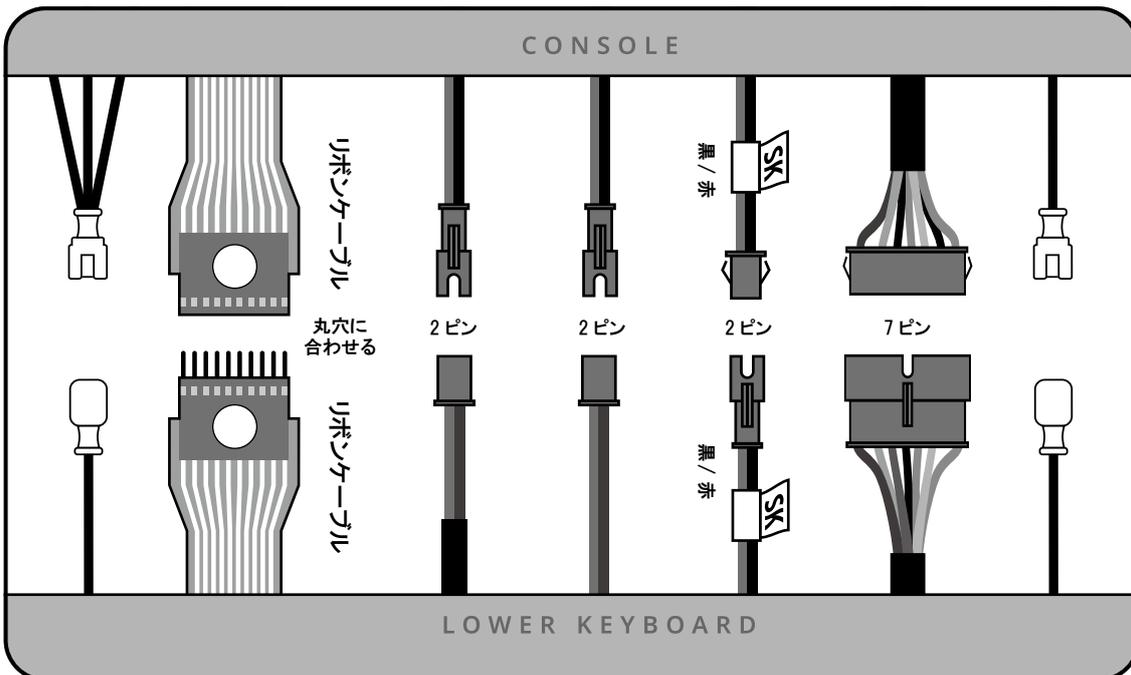
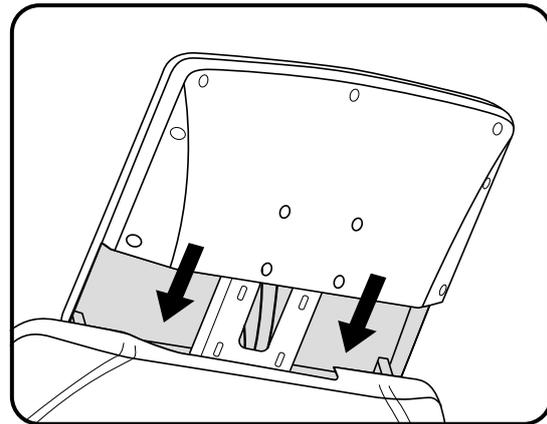
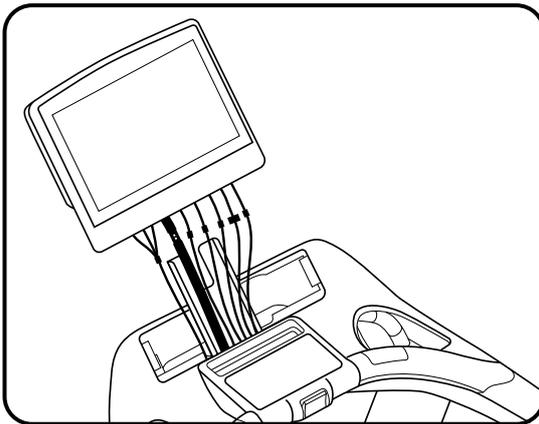


ステップ5:コンソールの取り付け

- A) コンソール⑨の裏側から4つのネジ⑳を取り外してください。
- B) コンソール⑨をハンドルバー⑦の上に置き、コンソール⑨から出ているケーブルとハンドルバー⑦から出ているケーブルを差し込んでください。



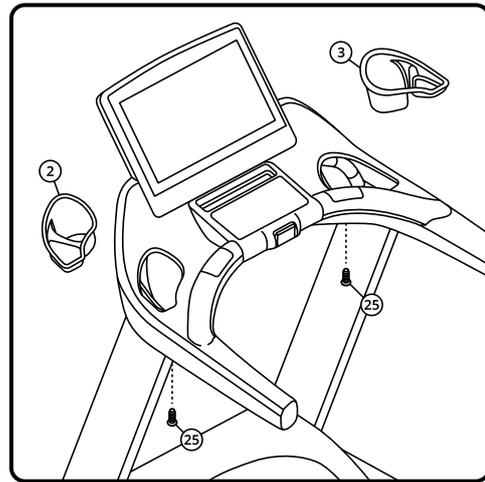
- C) 長さが余ったケーブルはコンソールの下に入れてください。
- D) ケーブルをコンソール⑨の下に入れる際にケーブルを切断しないように気をつけてください。
- E) コンソール⑨の裏側を4つのネジ⑳で取り付けてください。



ケーブルの先端が合うかご確認ください。

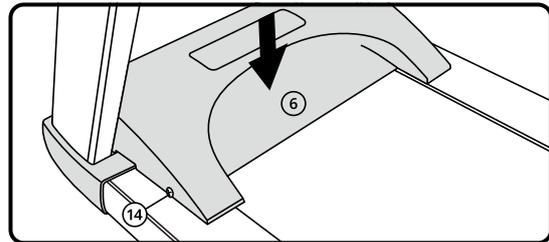
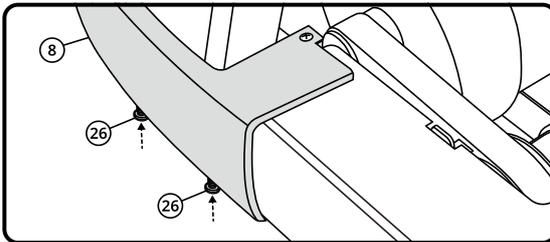
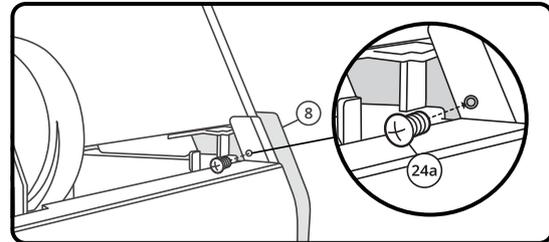
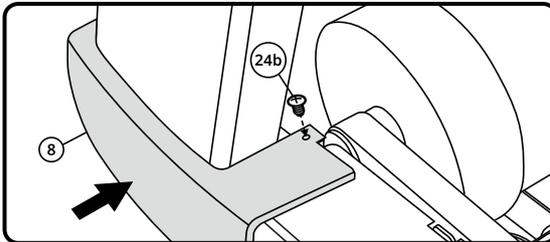
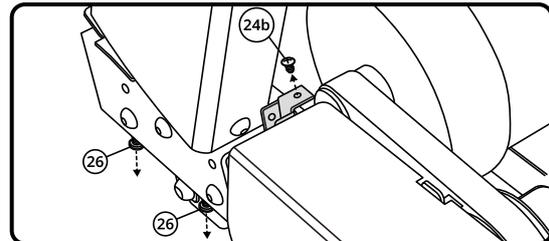
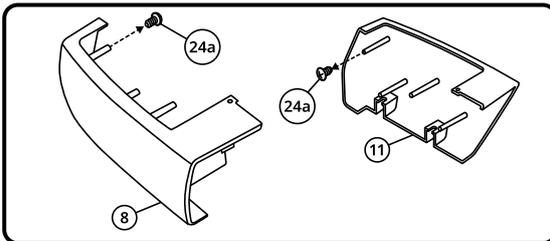
ステップ6:トレイの取り付け

- A) 左右のトレイ②③の裏側からネジ⑫を取り外してください。
- B) 右トレイ②を取り付ける際には、ケーブルを切断しないように気をつけてください。
- C) 左右のトレイ②③の裏側をネジ⑫で取り付けてください。



ステップ7:支柱カバー

- A) 左右の支柱カバー⑧ ⑪からネジ⑭を取り外してください。
- B) フレームの内側からネジ⑭bを取り外してください。
- C) フレームの下側からネジ⑮をゆるめてください。左右に2つずつあります。
- D) 右支柱カバー⑪をスライドして取り付け、ネジ⑭aとネジ⑭bを付けてください。
- E) ネジ⑮を締めてください。  
注意) Eは最後に電源を入れた後、傾斜をつけると作業しやすくなります。
- F) 同様に左支柱カバー⑧も締めてください。
- G) ステップ2で取り外したモーターカバー⑥をネジ⑭で取り付けてください。



## 手すりの取り付け

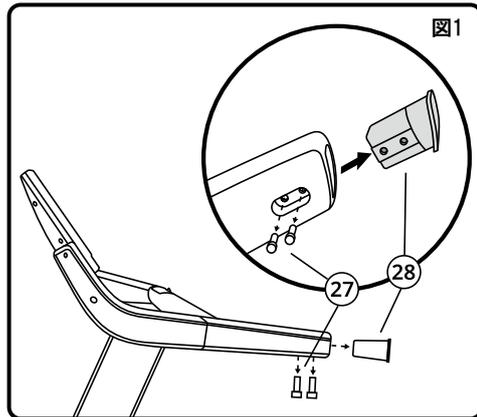
### パーツチェック

下記のパーツが揃っているかを確認します。

1. ハンドルバーエンドキャップ:2個
2. M6\*15ボルト:4本
3. M8\*20ボルト:8本
4. M8ロックワッシャー:8枚
5. M8フラットワッシャー:8枚

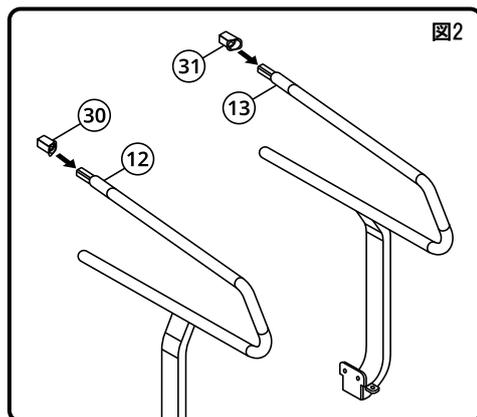
#### 1. エンドキャップ取外し (図1参照)

ハンドルバーのエンドキャップを止めているハンドルバー裏側に付いている2本のスクリューボルト②⑦を取り外してエンドキャップを外します。取り外しにくい時はマイナスドライバーなどでエンドキャップの両側から挟みだしてください。その後、手すり取付け用のエンドキャップをハンドルバーにセットして下さい。



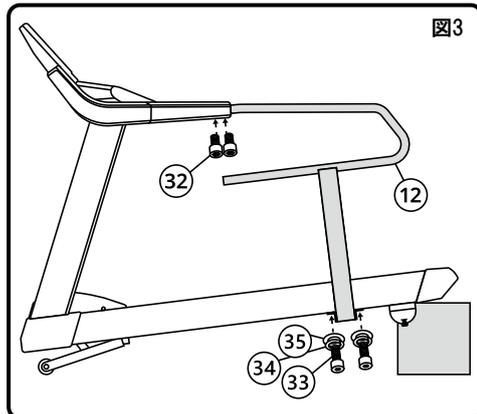
#### 2. ハンドル取付け用アダプター装着 (図2参照)

手すり用のエンドキャップ③⑩をボルト孔を下向きにしてハンドルバーに取り付けます。右にも同じようにエンドキャップ③⑩を取り付けます。



#### 3. ハンドルの取り付け1 (図3参照)

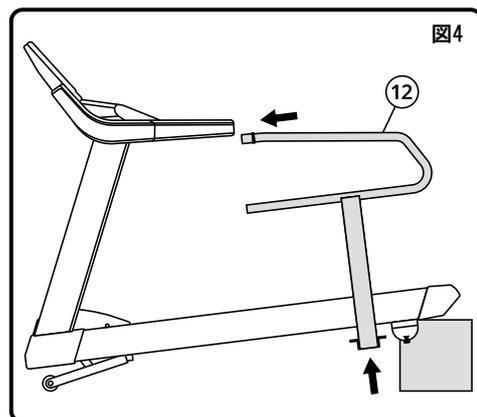
左手すり⑫を取り付けます。取り付け後に手すり上部をM6\*15ボルト③②、下部をM8\*20ボルト③③、M8ロックワッシャー③④、M8フラットワッシャー③⑤で下からフレームに固定します。右側も同様に取り付けます。



注意)取り付けにくい時は本体を左右どちらかに傾けて片側ずつ取り付けて下さい。

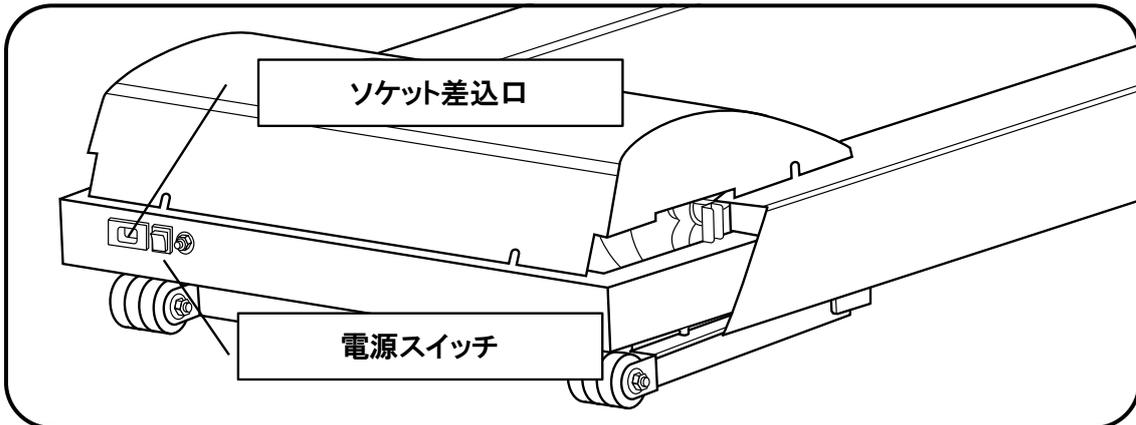
#### 4. ハンドルの取り付け2 (図4参照)

図を参考に内側からM8\*20ボルト③③、M8ロックワッシャー③④、M8フラットワッシャー③⑤でフレームに固定します。



## 電源コンセントの取り付け

プラグを下図の本体ソケットに差し込んでコンセントを繋いだ後に電源スイッチを入れます。



### 100Vでご使用の場合のご注意

必ず単独のコンセント(常時1500W供給可能)でご使用ください。タコ足配線等で電力供給の場合は電力が足りずに正常に動かなくなる場合がございます。本体がスピードダウンや急に止まってしまう時などは、電力不足の可能性が考えられますので一度電気店様へご相談下さい。

## 脈拍について

脈拍を測定するには右図の脈拍センサーを両手で握ります。もし脈拍が検知しにくい場合は手のひらを霧吹きなどで少し湿らせてください。

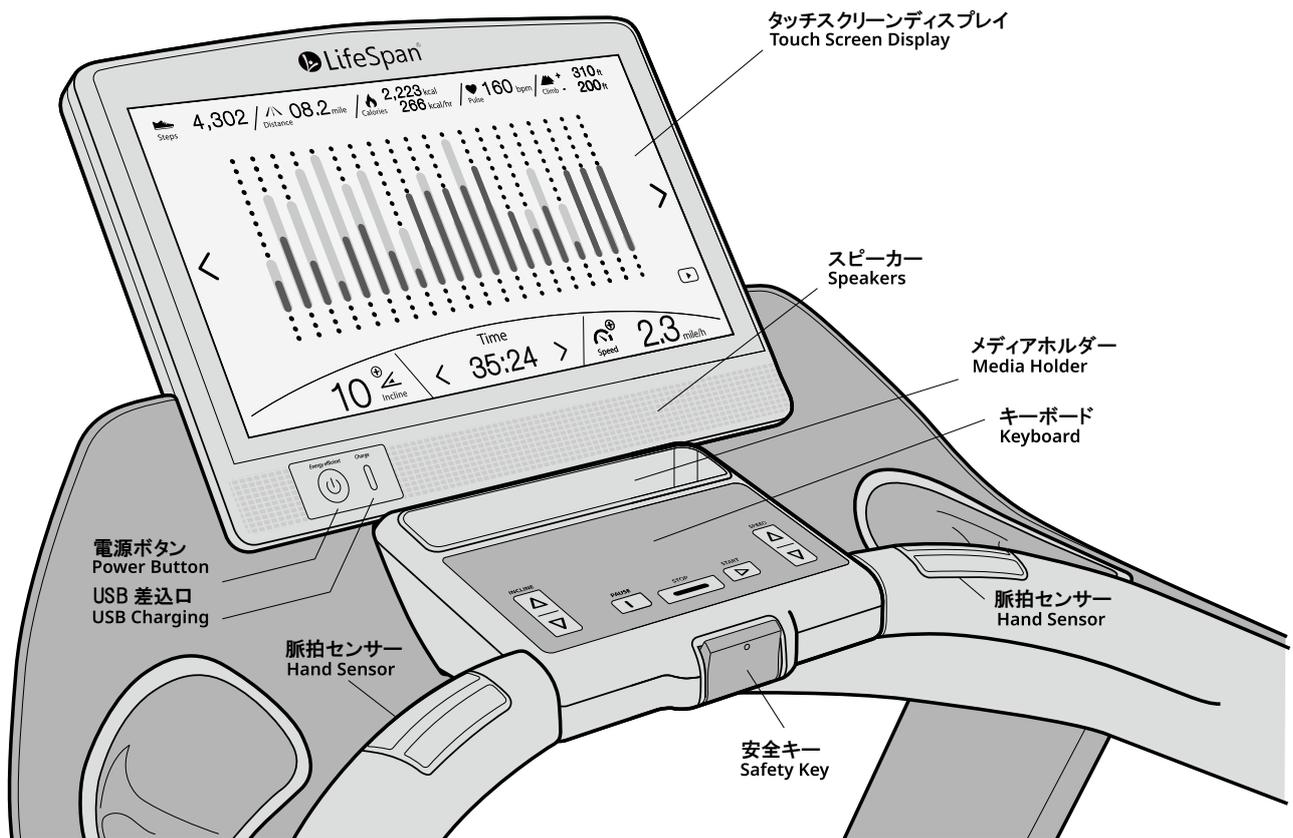
HRC(脈拍)コントロールプログラムトレーニング使用時に使用します。

脈拍センサーを握るとコンソールのPULSE部♥に値が表示されます。

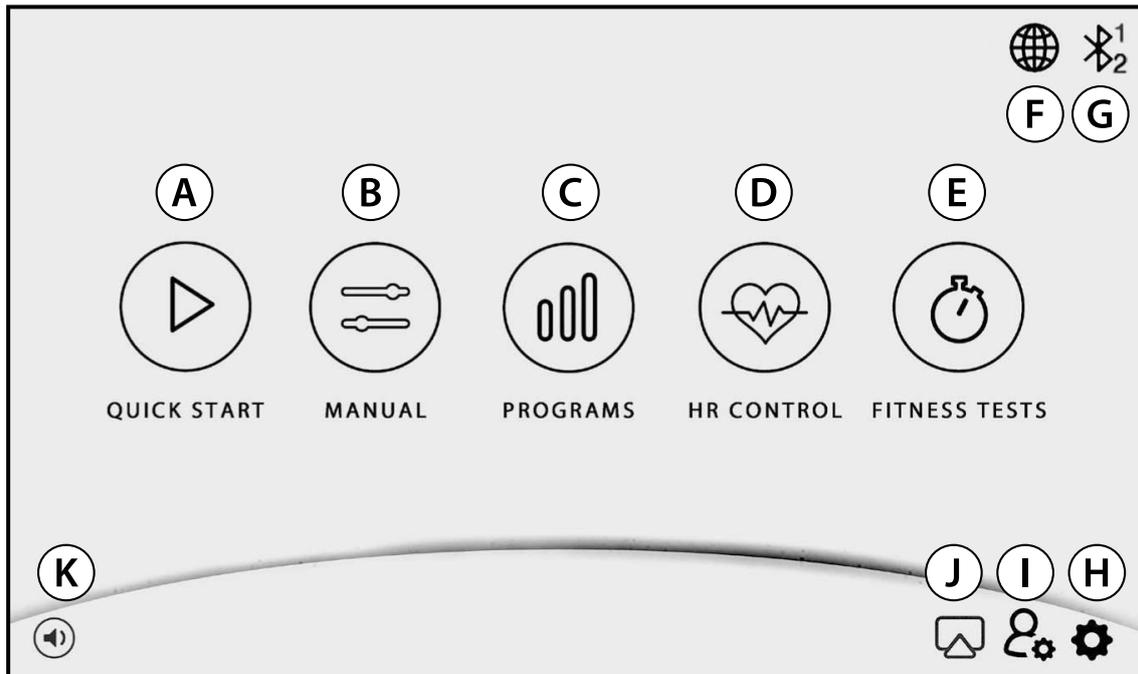


## コントロール画面

### コントロール画面外観



## ホーム画面



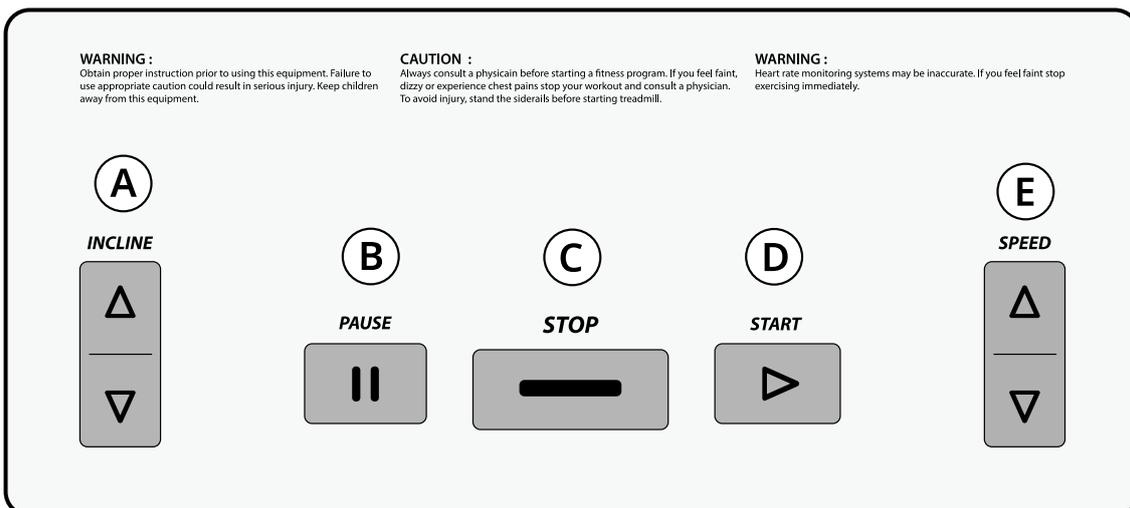
## モードの説明

Ⓐ	QUICK START	セットアップなしですぐに運動が開始します。
Ⓑ	MANUAL	年齢や体重、運動時間などを設定してスタートします。
Ⓒ	PROGRAMS	速度や傾斜などが変化するエクササイズプログラムでスタートします。
Ⓓ	HR CONTROL	脈拍コントロールプログラムを使用しスタートします。 プログラムは「CONSTANT」と「INTERVAL」の2種類が使用できます。 (P. 26を参照)
Ⓔ	FITNESS TESTS	VO2MAX (最大酸素摂取量) を測定します。 「Rockport Walking」と「Navy Fitness」の2種類が使用できます。 (P. 29を参照)

## 機器の設定

Ⓕ	言語の選択	「英語」または「ドイツ語」を選択します。
Ⓖ	Bluetoothの設定	Bluetoothの使用を選択します。
Ⓕ	機器の設定	機器の設定をします。(P. 37を参照)
Ⓖ	個人データの設定	体重・年齢・性別など、より正確なデータを取得するための個人設定をします。
Ⓖ	ミラーリングの設定	スマートフォンなどのデバイスの画面を表示する設定をします。(P. 33を参照)
Ⓕ	音量ボリューム	音量の調整をします。

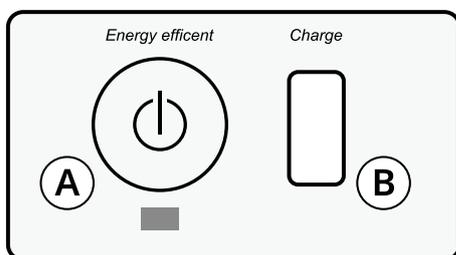
## キーボード操作説明



## ボタンの説明

Ⓐ	INCLINE	ランニングベルトの傾斜の上げ下げの設定します。
Ⓑ	PAUSE	運動を一時停止します。一時停止の時間は、機器設定画面で変更できます。「CONTINUE」をタッチすると、運動の再開ができ、ENDをタッチすると運動が終了し、結果が表示されます。
Ⓒ	STOP	運動が終了し、結果が表示されます。
Ⓓ	START	3. 2. 1とカウントダウンの後、運動がスタートします。
Ⓔ	SPEED	スピードの上げ下げを設定します。

## キーボードトップボタンの説明



- A) 電源ボタン：押すと画面が表示されます。10分間マシンを操作しないと、画面が待機モードに入りボタンが緑色に点滅します。
- B) USBの差込口：スマートフォンなどのデバイスの充電に使用します。

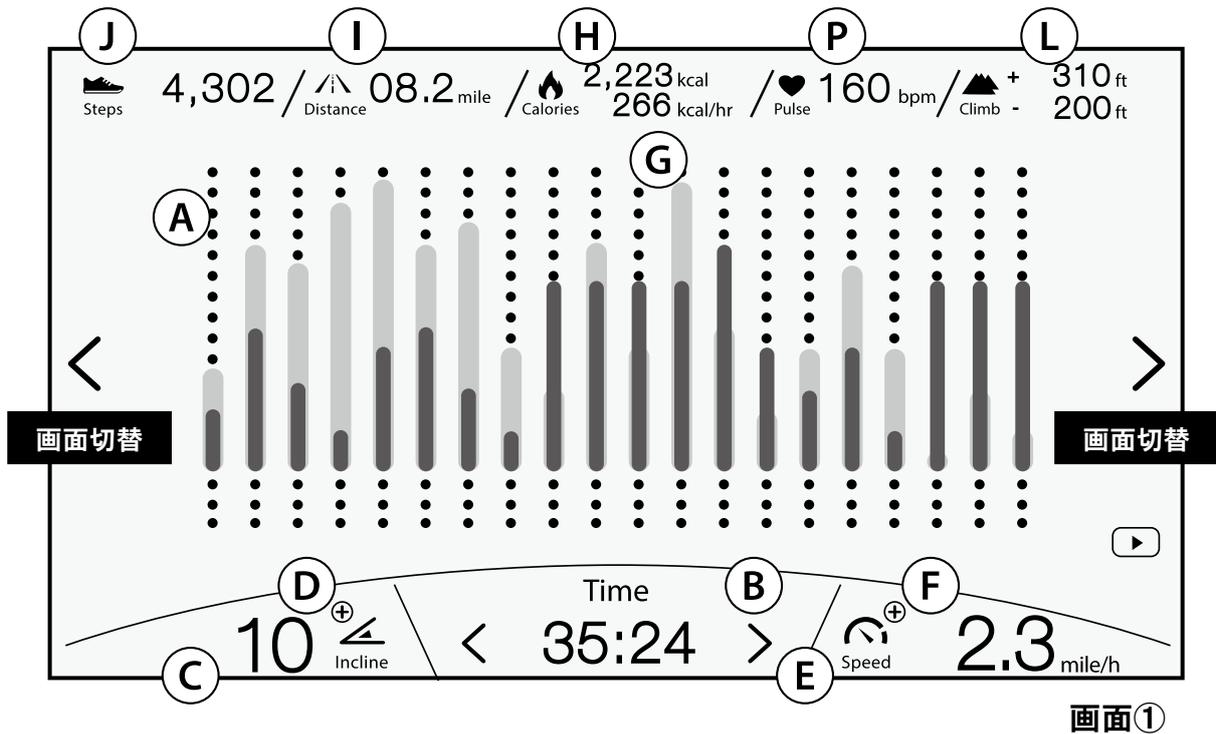
### 電源が入らない場合

電源スイッチを押しても作動しない場合、マシンの後方(p.14参照)の電源スイッチがONIになっているかご確認ください。

## 運動時/表示画面の説明

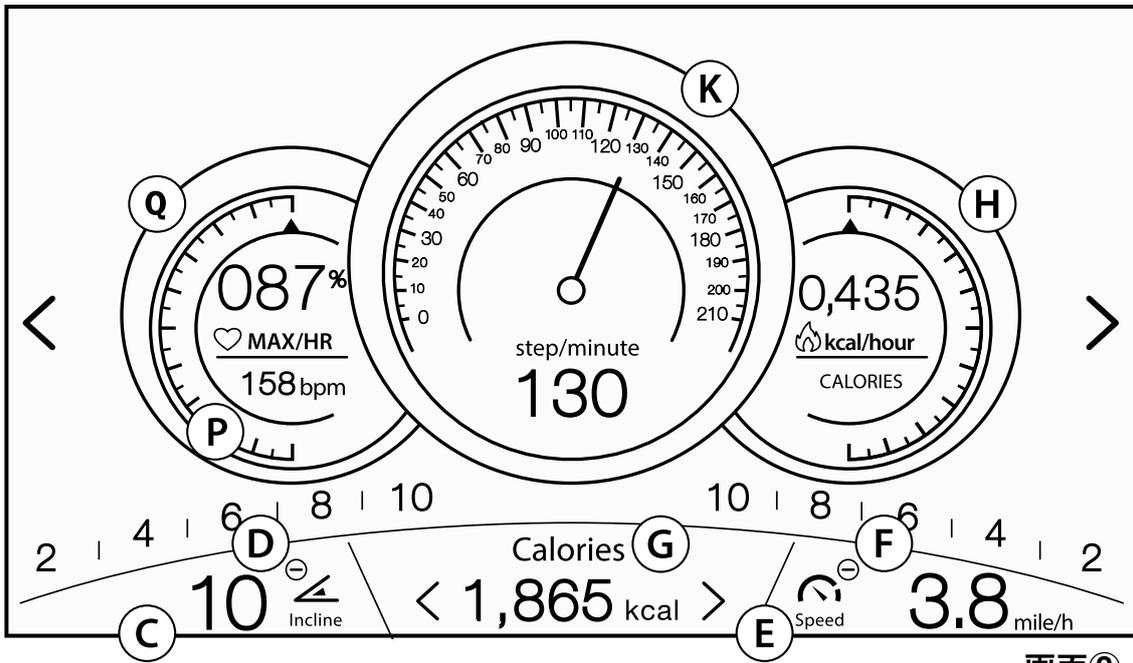
運動時に表示される画面です。

ディスプレイの左右にある矢印を押すと、画面の表示を切り替えます（3種類）  
運動データを様々なデータ表示でご確認頂けます。



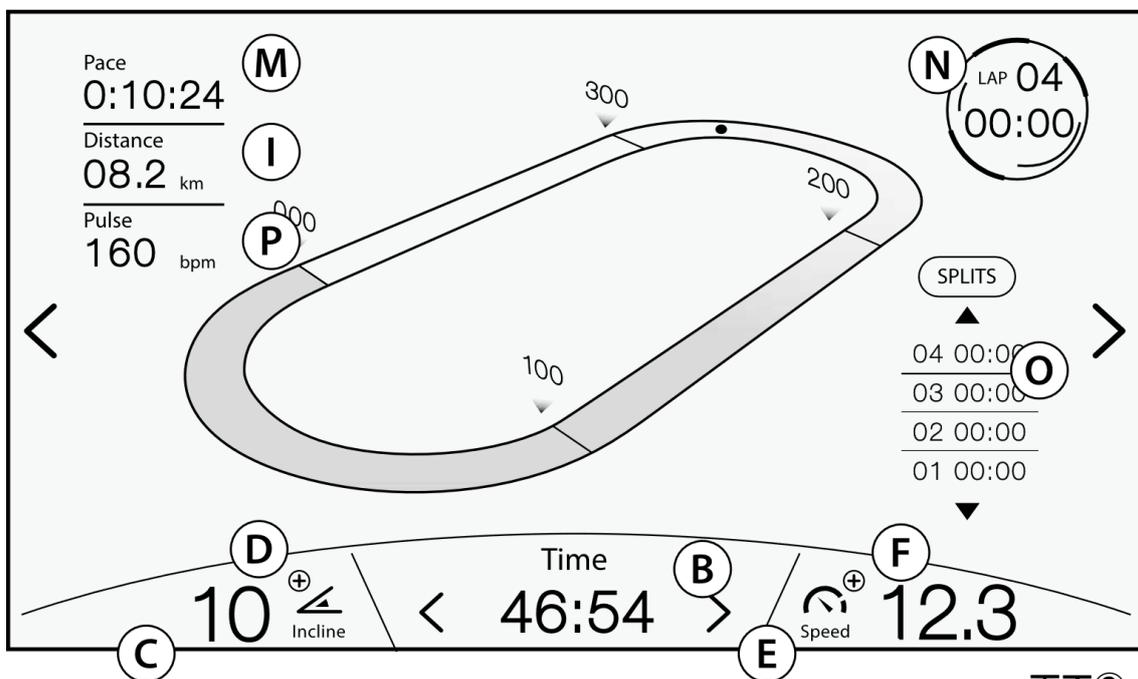
## ボタンの説明

Ⓐ	Matrix(マトリックス)	メニューに合わせたスピードをグラフで表示
Ⓑ	Time(タイム)	運動時間10:00~99:59
Ⓒ	Incline(インクライン)	傾斜レベル (-3~+12レベル)
Ⓓ	Incline Quick Key	傾斜レベル簡易操作キー
Ⓔ	Speed(スピード)	速度 前進0.8-20km/h
Ⓕ	Speed Quick Key	速度レベル簡易操作キー
Ⓖ	Calories(カロリー)	カロリーを表示 (0~999)
Ⓗ	Calories Hour(カロリー)	1時間あたりに消費されるカロリー
Ⓘ	Distance(ディスタンス)	走行距離 (km)
Ⓙ	Steps(ステップ)	歩数/運動のおおよその歩数
Ⓚ	Steps/Minute(ステップ/ミニッツ)	1分あたりに歩いている現在の歩数
Ⓛ	Feet/Meters Climb	傾斜をつけた時、運動した距離。上下に分けて表示



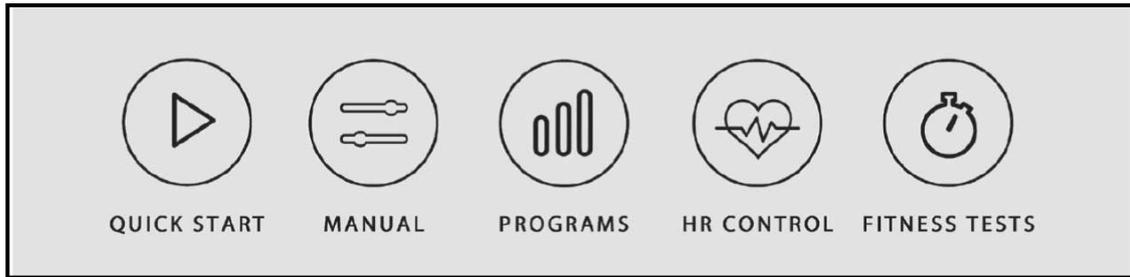
画面②

Ⓜ	Pace (ペース)	1kmを走行するためにかかる時間
Ⓝ	Lap (ラップ)	400mを走行するためにかかる時間
ⓐ	Splits (スピリッツ)	1ラップにかかる時間
Ⓟ	Heart Rate (ハートレート)	目安の脈拍値 (50~180)
ⓑ	% Max Heart Rate	運動中の最大脈拍数から算出した%



画面③

## 5つのモードの説明



### 1. QUICK START

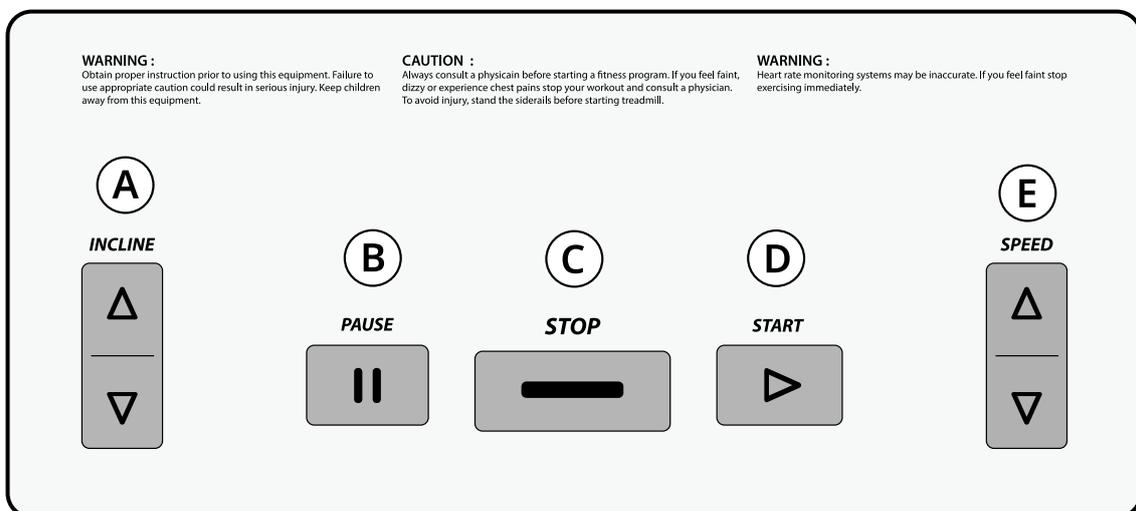
セットアップなしですぐに運動が開始できるモードです。

#### 操作方法

##### 1. スタート

画面の「QUICK START」をタッチ、もしくはキーボードのSTART④を押して運動を開始します。最初は、時速0.8km/傾斜0に設定されています。

- 走行ベルトが作動しTIME（時間）が00：00からカウントアップします。
- 速度の調整はSPEED⑤の上下ボタン、傾斜角度の調整はINCLINE①の上下ボタンを押します。（画面：SPEED/INCLINEへのタッチでも一定の値で調整が可能です）
- 終了する場合は、SPEED⑤の矢印下向きボタンで減速し傾斜を付けている場合はINCLINE ①の下ボタンを押して必ずINCLINE表示部をゼロにしてSTOP③にて停止させます。一時停止するにはPAUSE②を押します。（再開するには画面の「CONTINUE」もしくは、START④を押します）一時停止後、一定時間経過すると自動的に終了し結果が表示されます。

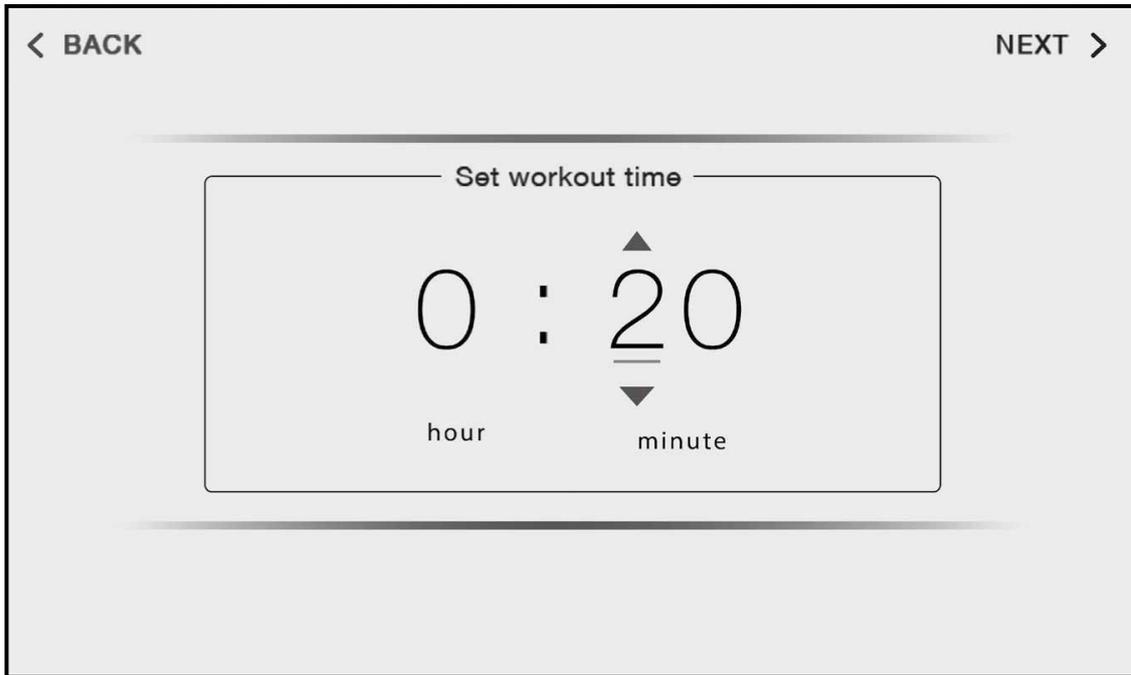


注意) 非常時以外は、安全キーで停止させないで下さい。

故障の原因となります。通常運動を停止する場合はSTOPボタンで停止してください。

## 2. MANUAL

運動する時間をセットして運動を開始できるモードです。



### 操作方法

#### 1. 運動時間の設定

画面をタッチして、運動時間を設定し「NEXT」をタッチします。

#### 2. 体重と年齢の設定

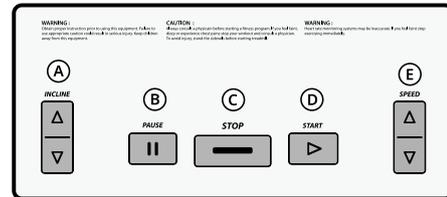
画面をタッチして、体重と年齢を設定し「NEXT」をタッチします。

(体重はカロリー計算、年齢は脈拍数の計算に反映されます)

#### 3. スタート

設定に問題なければ「START」をタッチして、運動を開始します。

- 走行ベルトが作動しTIME（時間）が00：00からカウントアップします。
- 速度の調整はSPEEDⒺの上下ボタン、傾斜角度の調整はINCLINEⒶの上下ボタンを押します。（画面：SPEED/INCLINEへのタッチでも一定の値で調整が可能です）
- 設定した時間に達すると、アラームが鳴り停止します。任意で、終了する場合は、SPEEDⒺの矢印下向きボタンで減速し傾斜を付けている場合はINCLINE Ⓐの下ボタンを押して必ずINCLINE表示部をゼロにしてSTOPⒸにて停止させます。一時停止するにはPAUSEⒷを押します。（再開するには画面の「CONTINUE」もしくは、STARTⒹを押します）一時停止後、一定時間経過すると自動的に終了し結果が表示されます。

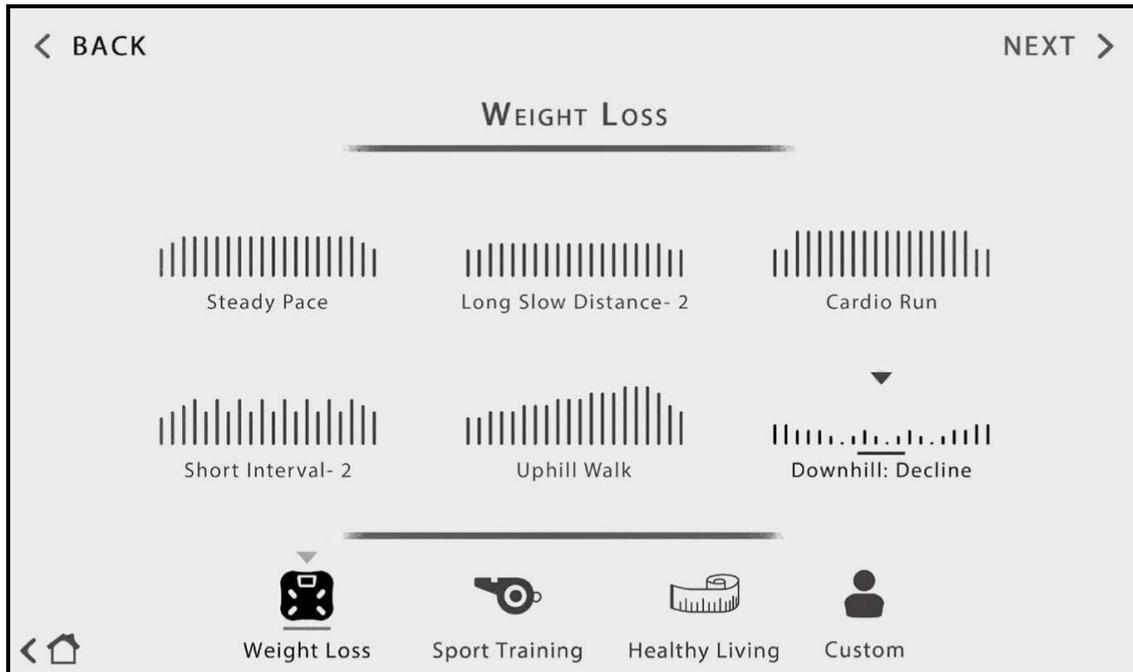


注意) 非常時以外は、安全キーで停止させないで下さい。

故障の原因となります。通常運動を停止する場合はSTOPボタンで停止してください。

### 3. PROGRAMS

速度や傾斜を自動プログラムで変化させ運動できるモードです。

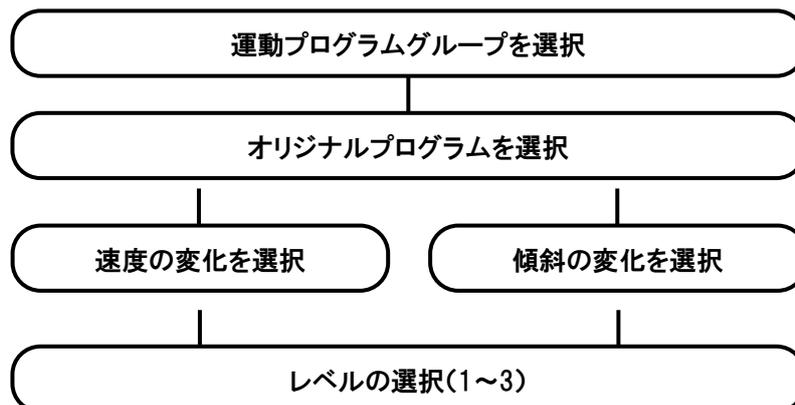


#### プログラムの種類

4つのプログラムグループ/計20種類の運動プログラムを選択できます。

①	Weight Loss	6種類 / 減量・ペーストレーニング
②	Sport Training	9種類 / 筋力アップトレーニング
③	Healthy Living	5種類 / 健康重視のトレーニング
④	Custom	ご自身で好みのスピードや角度を設定できるプログラムです。

#### プログラムの選択の流れ



## プログラム一覧

設定できるプログラムの一覧になります。

Long Slow Distance  
ロングスローディスタンス



Short Interval  
ショートインターバル



Moderate Interval  
モデレートインターバル



Long Interval  
ロングインターバル



Negative Interval1  
ネガティブインターバル 1



Negative Interval2  
ネガティブインターバル 2



Fartlek  
ファートレック



Uphill Climb  
アップヒルクライム



Pyramid Climb  
ピラミッドクライム



Plateau Climb  
プラトークライム



Ladder  
ラダートレーニング



Uphill Interval  
アップヒルインターバル



Steady Pace  
ステディーペース



Long Slow Distance2  
ロングスローディスタンス 2



Cardio Run  
カーディオラン



Short Interval2  
ショートインターバル 2



Uphill Walk  
アップヒルウォーク



Hills Decline  
ヒルズディクライン



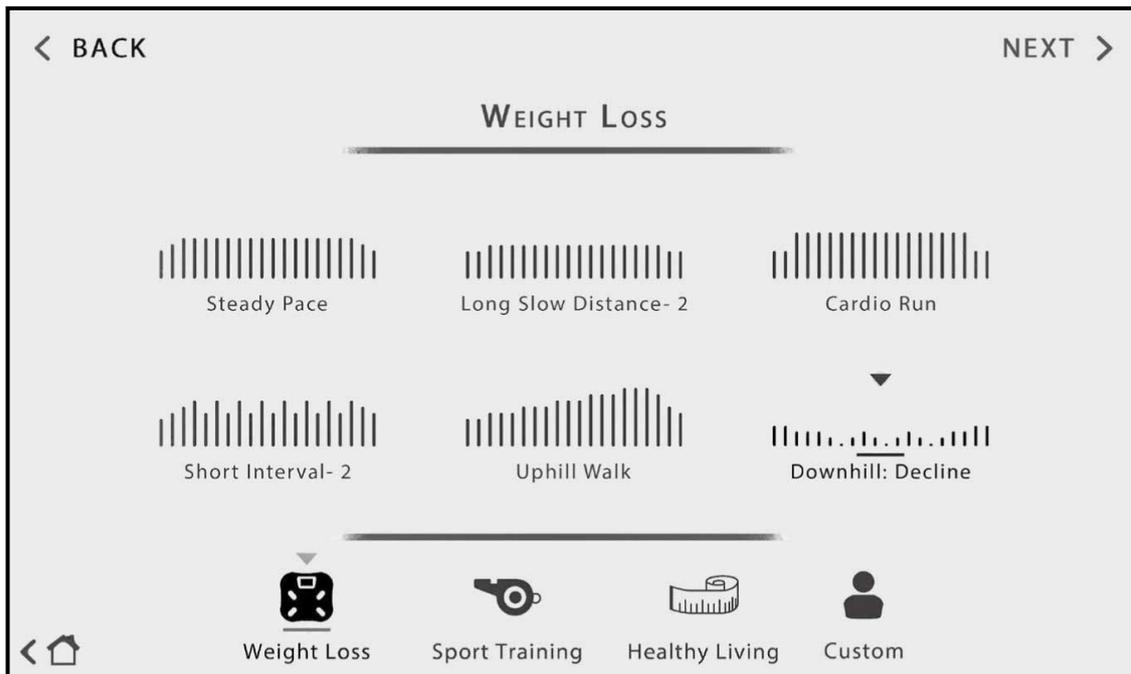
Short Interval:Decline  
ショートインターバルディクライン



Downhill Repeats Declir  
ダウンヒルリピートディクライン



## プリセットプログラム



### 1. プログラムグループの選択

画面下のグループをタッチして、プログラムグループを選択します。  
最初は「Weight Loss」が選択されています。

### 2. プログラムの選択

希望のプログラムを選択し「NEXT」をタッチします。

### 3. 速度か傾斜の選択

■Speed(速度)：速度自動制御 ■Incline(傾斜)：傾斜レベル自動制御  
モードを選択し「NEXT」をタッチします。

### 4. プログラムレベルの選択

■1(Low) ■2(Medium) ■3(High) プログラムレベルを選択し「NEXT」をタッチします。

### 5. 運動時間の設定

画面をタッチして、運動時間を設定し「NEXT」をタッチします。

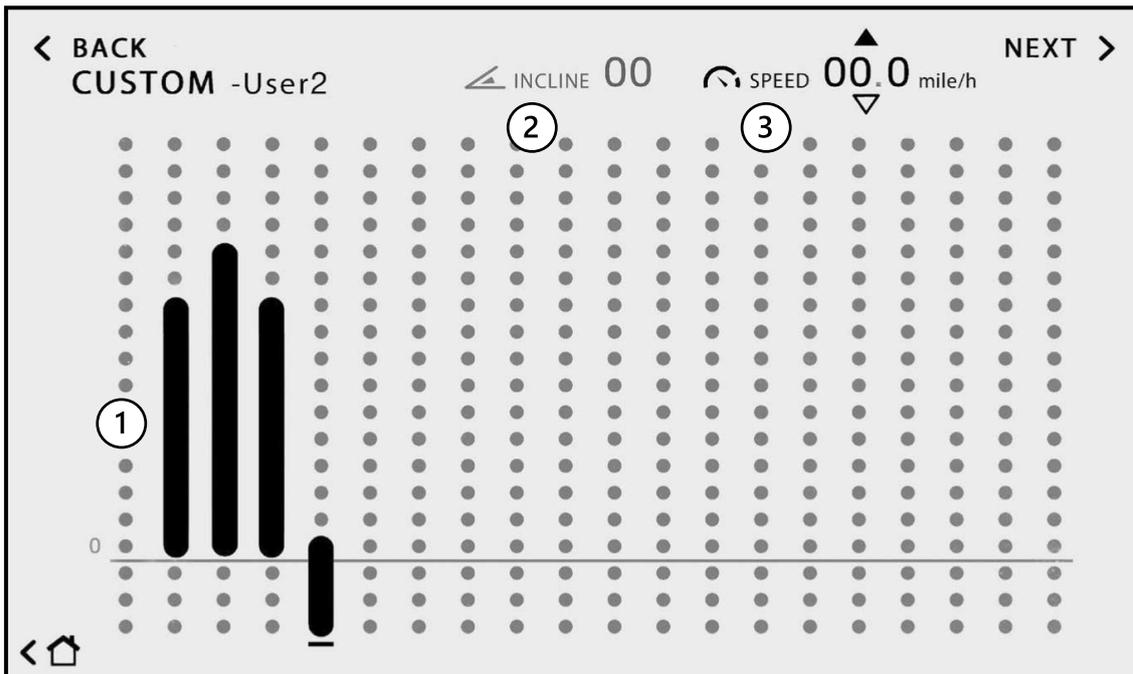
### 6. 体重と年齢の設定

画面をタッチして、体重と年齢を設定し「NEXT」をタッチします。  
(体重はカロリー計算、年齢は脈拍数の計算に反映されます)

### 7. スタート

設定に問題なければ「START」をタッチして、運動を開始します。

## 手動プログラム



### 1. プログラムグループの選択

画面下のグループで「Custom」を選択します。

### 2. プログラムの選択

User1(ユーザー1)あるいは  
User2(ユーザー2)を選択し「NEXT」をタッチします。



### 3. 運動時間の設定

画面をタッチして、運動時間を設定し「NEXT」をタッチします。

### 4. 体重と年齢の設定

画面をタッチして、体重と年齢を設定し「NEXT」をタッチします。  
(体重はカロリー計算、年齢は脈拍数の計算に反映されます)

### 5. 速度と傾斜の設定

画面に表示される20のセグメントのそれぞれに速度と傾斜を設定し「NEXT」をタッチします。  
運動時間で設定した時間が、この20のセグメントで分割され変動します。

(例：運動時間を20分に設定した場合、1分間隔でセグメントが右側に移行していきます)

①の各列にタッチして、指で上下にスライドして値を調整します。②傾斜 ③速度の項目を  
タッチすると設定項目を変更できます。細かな値での調整も可能です。

### 6. カスタムユーザープログラム上書きの確認

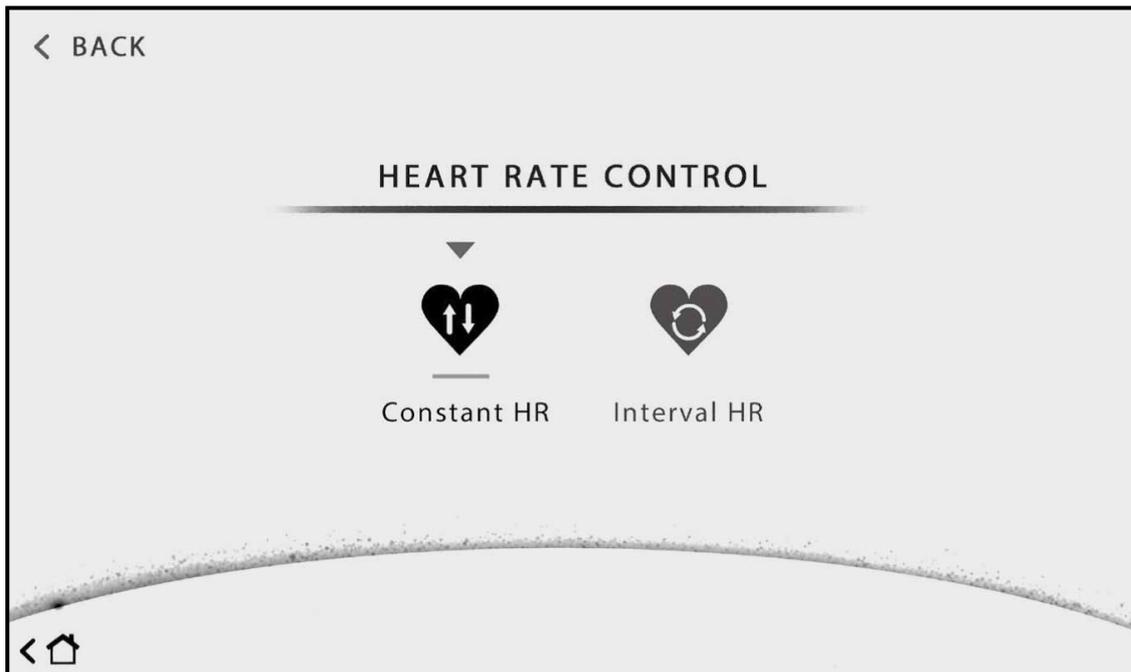
「Are you sure you want to overwrite the current Custom user Program?」と  
表示が出るので「OK」をタッチします。

### 7. スタート

設定に問題なければ「START」をタッチして、運動を開始します。

## 4. HR CONTROL / 脈拍コントロールプログラム

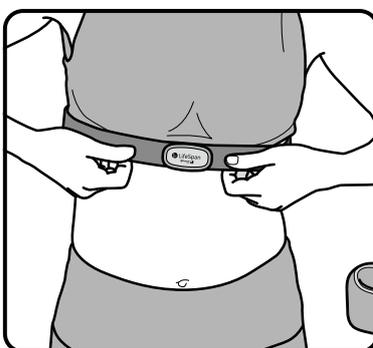
設定した脈拍を保ちながら運動を行うモードです。



### 脈拍測定について

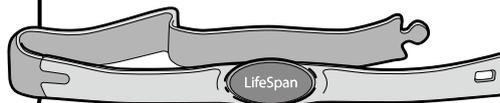
#### ハンドグリップの脈拍センサーで測定

脈拍を測定するには右図の脈拍センサーを両手で握ります。もし脈拍が検知しにくい場合は手のひらを霧吹きなどで少し湿らせてください。HRC（脈拍）コントロールプログラムトレーニング使用時に使います。脈拍センサーを握るとコンソールのPULSE部♥に値が表示されます。



#### チェストストラップで測定

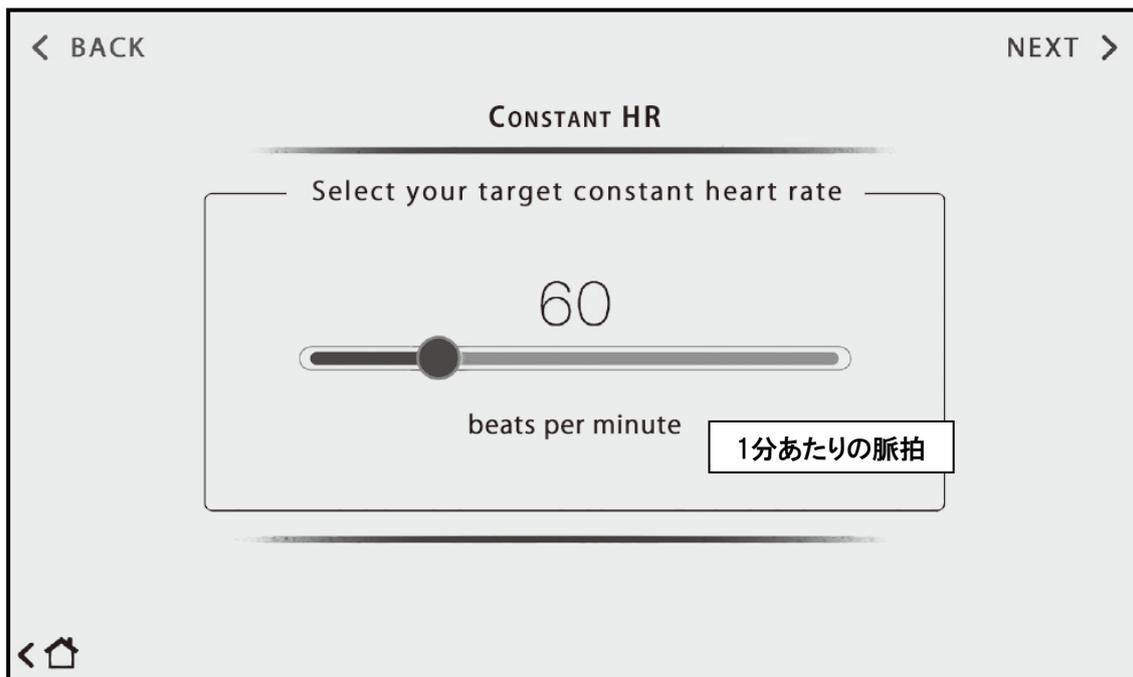
チェストストラップを使用するとハンドグリップを握ることなく脈拍を測定することができます。チェストストラップは肌に触れるように装着してください。



注意) 脈拍設定値にて脈拍を近づけるようスピード又は傾斜レベルのどちらかで負荷を自動制御致します。走行しないとスピードと傾斜制御が反応しない場合があります。

注意) ハンドルグリップから手を離す時間が長いと、「Please Grip HR Pads」と画面に表示されます。そのままハンドルグリップを握らない状態が20秒以上経過するとAUTO PAUSE(自動一時停止)されます。復帰するには、再度両手で握り直し「CONTINUE」をタッチします。

**HRC - Constant** 脈拍を安定させるための自動制御。



### 1. プログラム選択

画面下のグループで「Constant HR」を選択します。

### 2. 速度か傾斜の選択

■Speed(速度) : 速度自動制御    ■Incline(傾斜) : 傾斜レベル自動制御  
モードを選択し「NEXT」をタッチします。

### 3. 運動時間の設定

画面をタッチして、運動時間を設定し「NEXT」をタッチします。

### 4. 体重と年齢の設定

画面をタッチして、体重と年齢を設定し「NEXT」をタッチします。  
(体重はカロリー計算、年齢は心拍数の計算に反映されます)

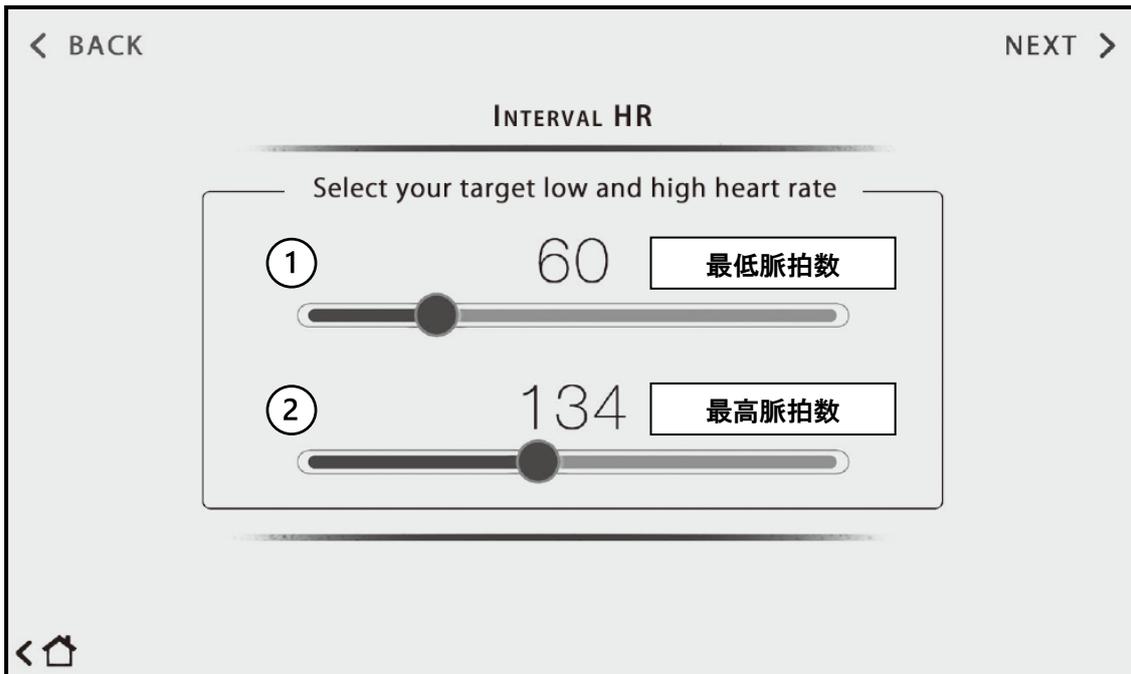
### 5. 脈拍の設定

画面をタッチして、保ちたい目標の脈拍を設定し「NEXT」をタッチします。

### 6. スタート

設定に問題なければ「START」をタッチして、運動を開始します。

■初期設定でウォームアップの設定は「OFF」になっております。  
オプション画面でウォームアップを「ON」にすると運動の始まりに3分間のウォーミングアップ、運動の終わりに3分間のクールダウンが行われます。  
ウォームアップ/クールダウンは「STOP」ボタンで終了できます。

**HRC - Interval** 脈拍を安定させるための自動制御。**1. プログラム選択**

画面下のグループで「Interval HR」を選択します。

**2. 速度か傾斜の選択**

■Speed(速度) : 速度自動制御    ■Incline(傾斜) : 傾斜レベル自動制御  
モードを選択し「NEXT」をタッチします。

**3. 運動時間の設定**

画面をタッチして、運動時間を設定し「NEXT」をタッチします。

**4. 体重と年齢の設定**

画面をタッチして、体重と年齢を設定し「NEXT」をタッチします。  
(体重はカロリー計算、年齢は脈拍数の計算に反映されます)

**5. 脈拍の設定**

画面をタッチして、①最低脈拍数 ②最高脈拍数を設定し「NEXT」をタッチします。

**6. スタート**

設定に問題なければ「START」をタッチして、運動を開始します。

■初期設定でウォームアップの設定は「OFF」になっております。  
オプション画面でウォームアップを「ON」にすると3分間のウォーミングアップで脈拍を整えた後、計測スタートとなります。

## 5. FITNESS TESTS

VO2MAX(最大酸素摂取量)を簡易的に測定するモードです。

VO2MAXとは

人が体内に取り込むことのできる酸素の1分間あたりの最大量です。

単位はml/kg/分 で、1分間で体重1kgあたり何ミリリットルの酸素を摂取できるかを表します。



このテストはVO2MAX（最大酸素摂取量）を簡易的に測定します。性別、体重、脈拍、時間を入力し、その平均値から目安で評価します。1.6kmの距離で判定します。

### 1. プログラム選択

画面下のグループで「Rockport Walking」もしくは「Navy fitness」を選択します。

### 2. 性別の選択

■Male：男性 ■Female：女性を選択し「NEXT」をタッチします。

### 3. 体重と年齢の設定

画面をタッチして、体重と年齢を設定し「NEXT」をタッチします。  
(体重はカロリー計算、年齢は脈拍数の計算に反映されます)

### 4. スタート

設定に問題なければ「START」をタッチして、運動を開始します。  
160mに達してからハンドグリップの脈拍センサーに手のひらを置いてください。  
トレッドミルが脈拍を測ります。

### 5. VO2MAXの表示

終了後、VO2MAXの数値が表示されます。

注意) この結果はあくまでも目安の値になります。

VO2MAX

**SUMMARY**

---

**Fitness Test Result**

Your VO2 Max is

52

<b>Poor</b> <38	<b>Average</b> 38-41	<b>Above Average</b> 42-45	<b>Excellent</b> 46-52	<b>Superior</b> >52
--------------------	-------------------------	-------------------------------	---------------------------	------------------------

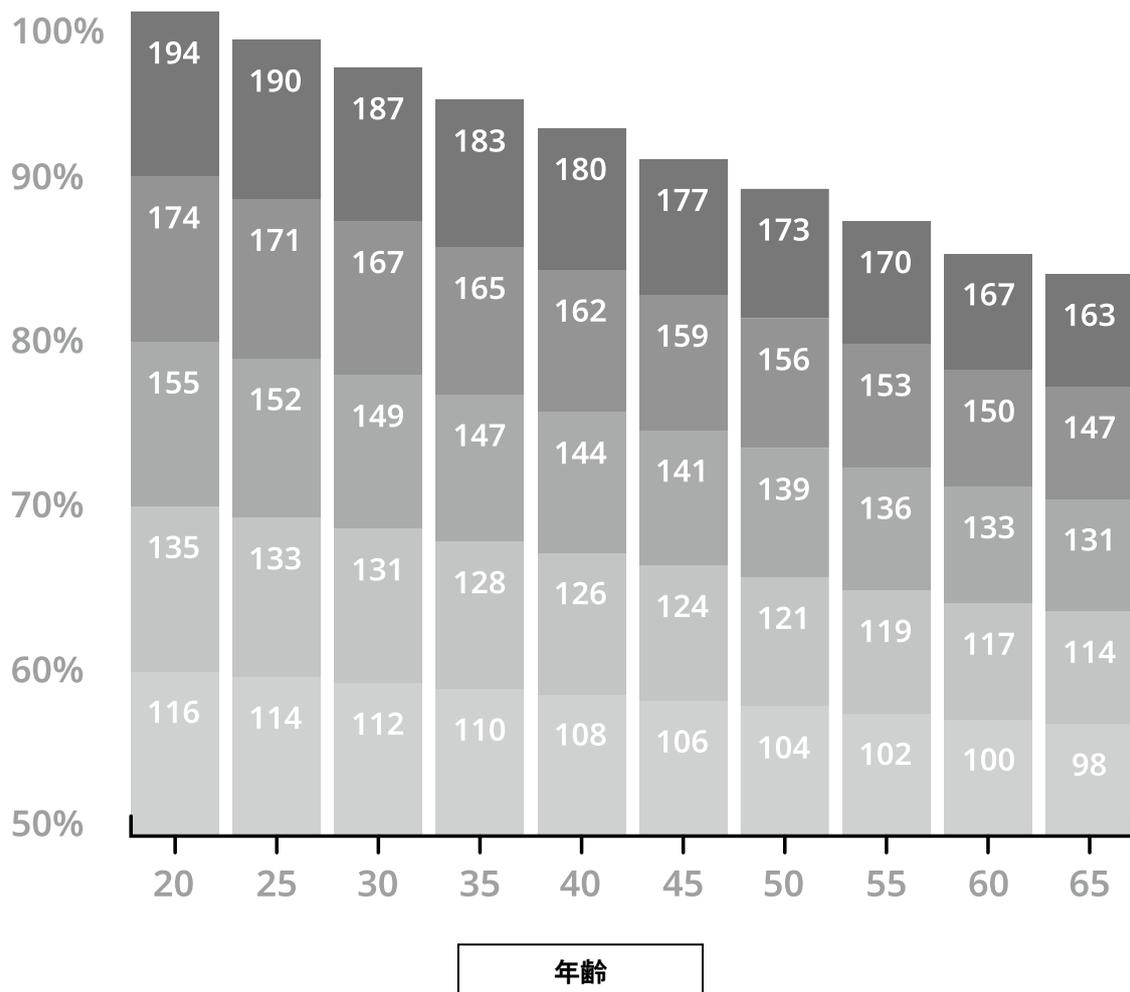
<

男性					
年齢	Poor 低い	Average 平均	Above Average 優れている	Excellent 高い	Superior すばらしい
20-29	<42	42-45	46-50	51-55	>55
30-39	<41	41-43	44-47	48-53	>53
40-49	<38	38-41	42-45	46-52	>52
50-59	<35	35-37	38-42	43-49	>49
60-69	<31	31-34	35-38	39-45	>45
70-79	<28	28-30	31-35	36-41	>41
女性					
20-29	<36	36-39	40-43	44-49	>49
30-39	<34	34-36	37-40	41-45	>45
40-49	<32	32-34	35-38	39-44	>44
50-59	<25	25-28	29-30	31-34	>34
60-69	<26	26-28	29-31	32-35	>35
70-79	<24	24-26	27-29	30-35	>35

注意) この結果はあくまでも目安の値になります。

## 脈拍数モニタリング表

運動中の脈拍数を見ることで、運動強度と脈拍数トレーニングゾーンを把握することができ、運動を繰り返すことで得られる健康効果を予測することができます。



## 運動結果の表示

運動が終了するか、停止が押されると、画面に運動の結果が表示されます。

SUMMARY					
Ⓐ	Pace	02:03:40	Ⓕ	Max Heart Rate	160 bpm
Ⓑ	Time	03:15:32	Ⓖ	Avg. Heart Rate	123 bpm
Ⓒ	Calories	1,020 kcal	Ⓖ	% Max Heart Rate	76 %
Ⓓ	Max Speed	13 kph	Ⓖ	Elevation	+1,245/-1,124 m
Ⓔ	Distance	14.2 km	Ⓖ	Steps Count	12,050 steps
		Ⓚ	SYNC DATA 		

## 結果の説明

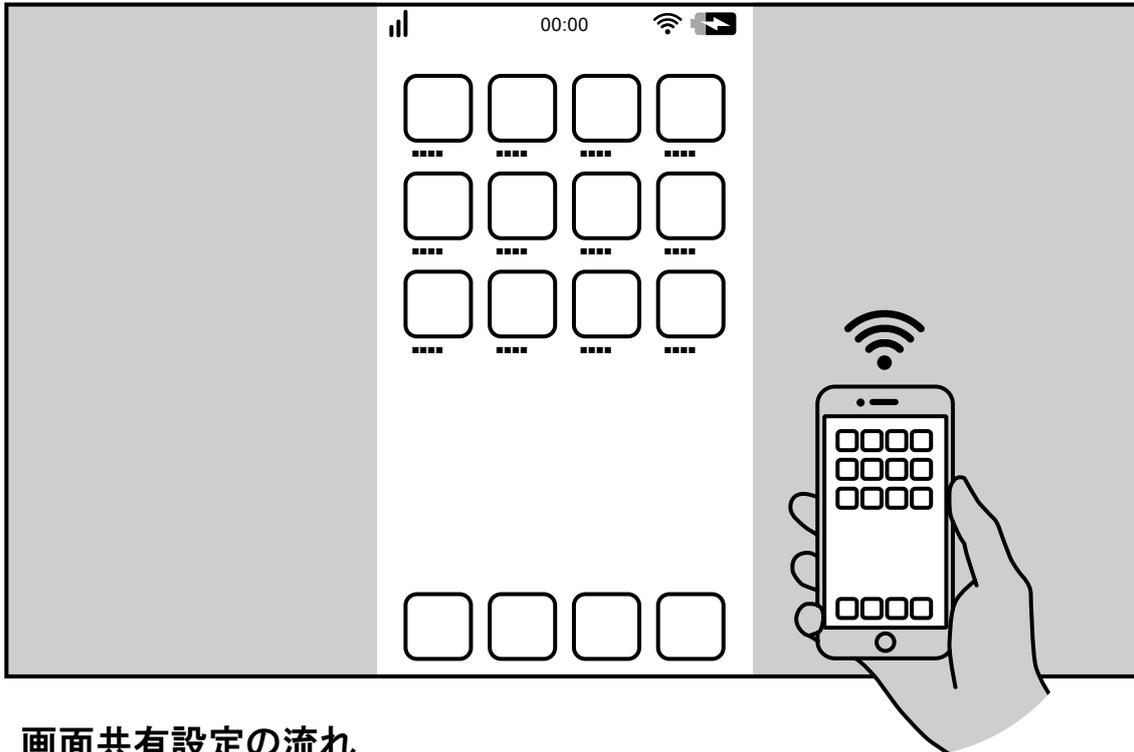
Ⓐ	Pace	1kmを走行するのにかった平均時間
Ⓑ	Time	トレーニング時間の合計
Ⓒ	Calories	消費カロリーの合計
Ⓓ	Max Speed	最大速度-運動中の最高速度
Ⓔ	Distance	運動中に移動した距離の合計
Ⓕ	Max Heart Rate	最大脈拍数-運動中の最大の脈拍数
Ⓖ	Avg. Heart Rate	運動中の脈拍数の平均
Ⓖ	% Max Heart Rate	運動中の最大脈拍数から算出した%
Ⓖ	Elevation	標高 +/- 登った標高数の合計
Ⓖ	Steps Count	運動中の歩数の合計
Ⓚ	SYNC DATA	専用アプリに運動データを送ります。 日本版ではご利用頂けません。

## ミラーリング / 画面キャスト

## 操作設定

スマートフォンなどの画面をそのまま表示させて運動することができます。

自宅・施設で利用しているWiFiの通信を使用する方法と、スマートフォンの通信を使用する2種類の方法があります。



## 画面共有設定の流れ

① トレッドミルの設定をスマートフォンに入力する

施設のWiFiの通信を使用する

② スマートフォンからトレッドミルのネットワーク管理画面にアクセスする

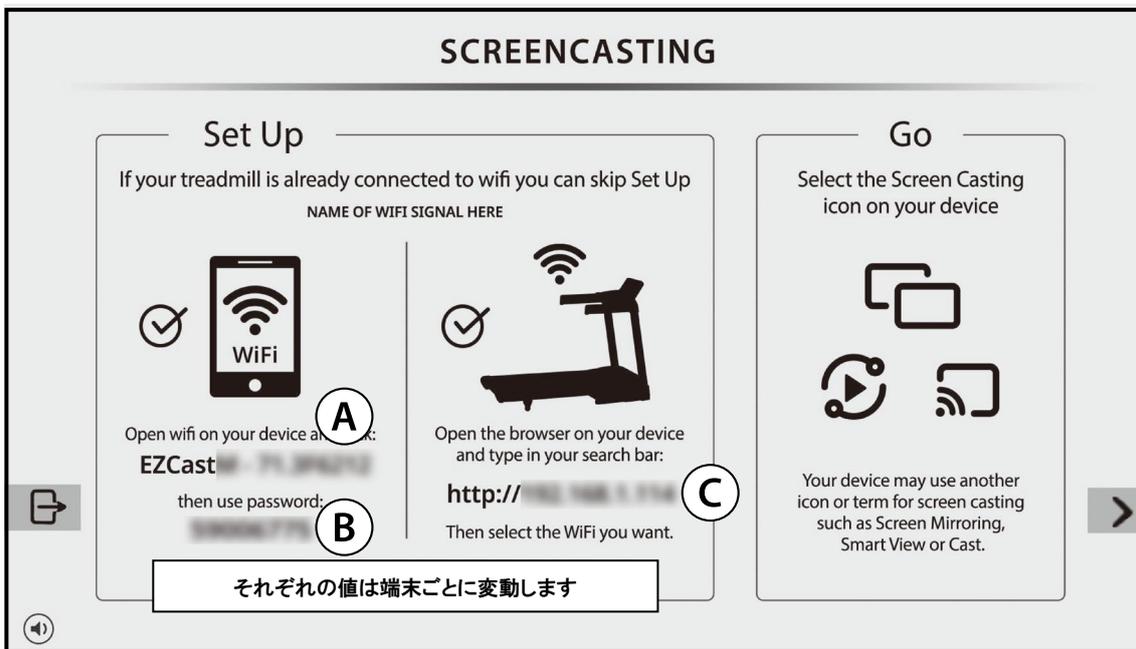
③ 自宅・施設で利用しているWiFiをトレッドミルに設定する

スマートフォンの通信を使用する

④に進みます

注意： スマートフォンの通信を使用するため、端末のプランによってパケットの消費、通信料が発生する場合がございます。

④ スマートフォンの「キャスト」ボタンをタッチすると、画面が表示されます



## Set Up | 画面共有の設定

ホーム画面右下  をタッチして設定画面を開きます。

### 1. トレッドミルの設定をスマートフォンに入力する。

お手持ちのスマートフォンのWiFiの設定画面を開き、ネットワークの項目で、画面①の「EZCast」という名前で始まるネットワークを探します。

それを選択し画面②のパスワードを入力し、接続します。接続が完了すると画面にチェックマークが入ります。



注意) トレッドミルを立ち上げた直後は、画面に情報が表示されない場合がございます。数秒たってから画面を開いてください。

### スマートフォンの通信を使用して画面を共有する

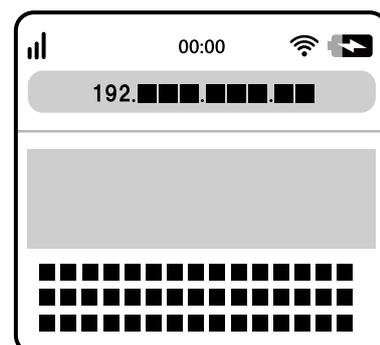
スマートフォンの通信を使用する場合、この時点で画面共有をご利用頂けます。P35「GO | 画面共有を実行する」を参照し、接続してください。

注意) スマホの通信を使用するため、端末のプランによってパケットの消費、通信料が発生する場合がございます。

### 施設のWiFiの通信を使用して画面を共有する

### 2. スマートフォンからトレッドミルのネットワーク管理画面にアクセスする。

画面③のIPアドレス (http://から始まる数字) を、スマートフォンの任意のブラウザ (safari Google Chromeなど) のURL欄に入力し、アクセスします。



スマートフォンの画面

### 3. 自宅・施設で利用しているWiFiをトレッドミルに設定する。

トレッドミルの管理画面がブラウザに表示されます。画面①「WiFiが接続されていません」を確認し、選択します。画面②使用されているWiFi機器を選択します。画面③使用されているWiFi機器のパスワードを入力し「OK」を押します。これでWiFi機器を使用した設定の完了です。



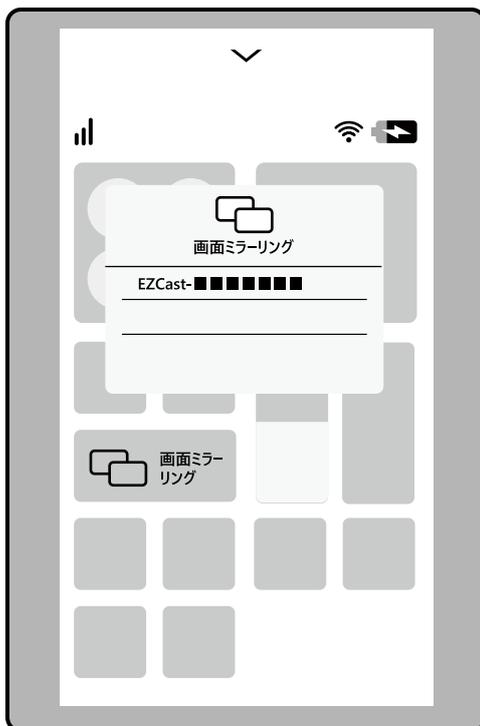
スマートフォンの画面例

## Go | 画面共有を実行する

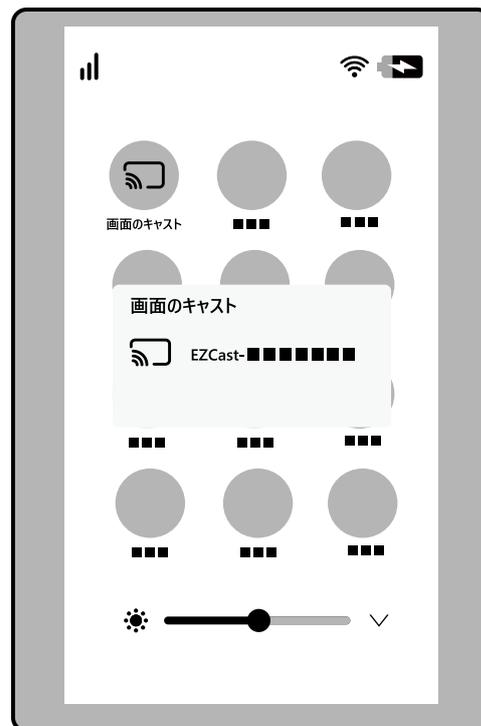
### 4. スマートフォンの「ミラーリングもしくはキャスト」ボタンを押して画面を表示させる。

お手持ちのスマートフォンのクイック操作画面（ロック画面から上スワイプなどで開く画面）を開き「ミラーリングもしくはキャスト」のボタンをタッチします。

「EZCast」から始まるネットワークが表示されるので選択して接続します。



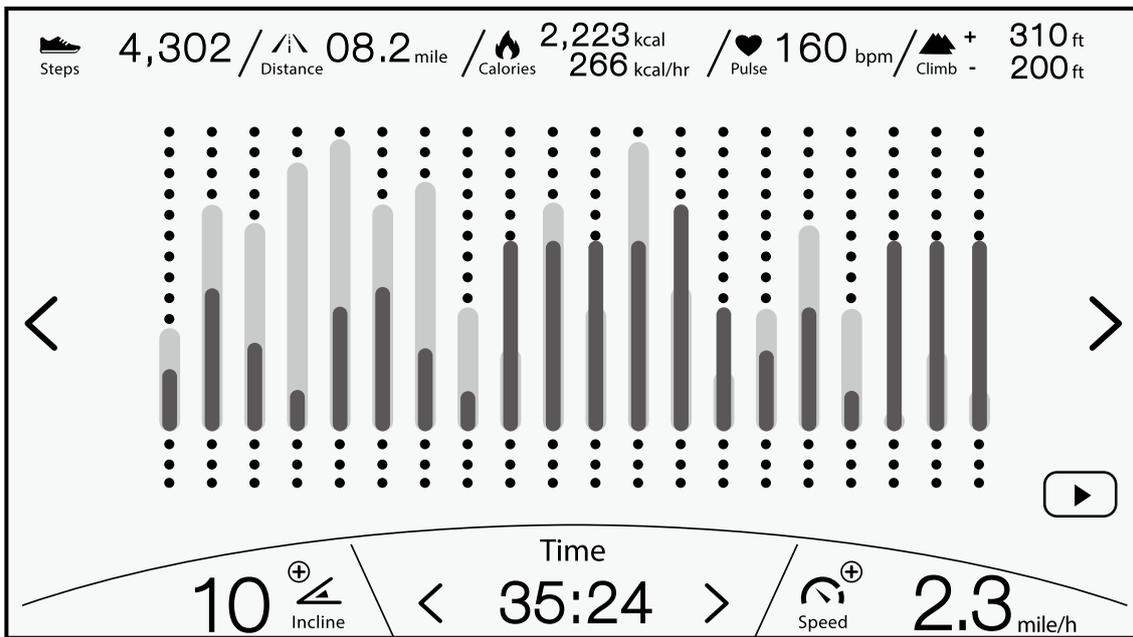
iOS 画面例



Android 画面例

 iOSの場合：  
「画面ミラーリング」ボタンを  
タッチします。

 Androidの場合：  
「画面キャスト」ボタンを  
タッチします。

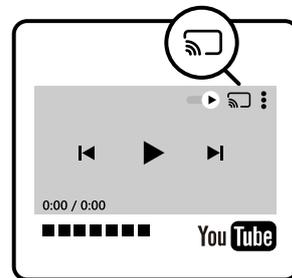


運動中は、画面右下の  を押すと共有した画面に切り替わります。

YouTubeから直接画面共有も可能です。

スマートフォンでYouTube再生時に、画面をタッチします。動画が一時停止すると、アイコンが表示されます。

右上にある  「画面キャスト」のアイコンを選びます。WiFi機器名が表示されるので選択すると画面が共有されます。



## MANUALMOVIE

解説動画を公開しております



安全に運動するため、画面共有設定は事前設定を推奨しています。

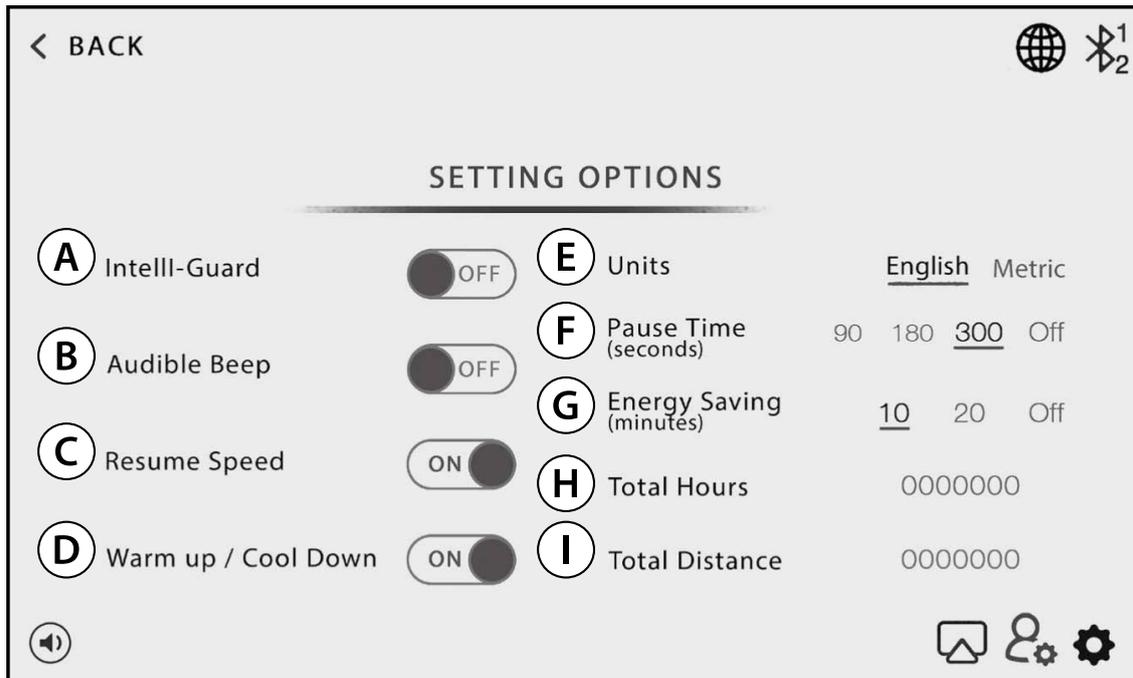
運動中でも画面共有の設定を行うことができます。歩きながらの設定しようとすると、怪我をす  
る恐れがあります。運動前の設定を推奨しております。

運動が終了した後は、ベルトの停止後、画面共有をお切りください。

運動が終了したら、安全のためベルトが停止するのを確認した後、  
画面の共有をお切りください。

## 機器の設定

機器の設定を任意で変更することが可能です。



## 設定項目の説明

Ⓐ	Intelli-Guard	自動停止のON/OFF ON/長い間運動をしなかった場合、安全のため自動でベルトが停止します。
Ⓑ	Audible Beep	ビープ音のON/OFF 例) 速度と傾斜を変更 例) 運動の開始/停止
Ⓒ	Resume Speed	運動再開時の速度のON/OFF ON/一時停止前の速度 OFF/最低速度
Ⓓ	Warm up / Cool Down	ウォームアップ時間のON*OFF ON/運動時に3分間のウォームアップ・ 運動終了時に3分間のクールダウンが追加されます。
Ⓔ	Units	距離の単位：マイル/メートル
Ⓕ	Pause Time	一時停止した際の待機時間
Ⓖ	Energy Saving	省エネモードのON/OFF
Ⓗ	Total Hours	機器の可動時間の合計
Ⓘ	Total Distance	機器の可動距離の合計

## トレーニング前の確認

### ●トレーニングをする服装について

運動に適した服装をしてください。また、ひも類のない服装にしてください。

例) 静電気のおきにくいトレーニングウェアなど

#### 1. 長い髪の毛は束ねてください。

※ 転倒したとき、髪の毛などがベルトに巻きこまれるとケガをする恐れがあります。

#### 2. 安全キーのクリップを衣服に取り付けてください。

※ たるみの多い衣服にクリップを付けていると緊急時に安全キーが外れにくいので、紐の長さを調節し、なるべくたるみの少ない部分にクリップを取り付けてください。

#### 3. 運動しやすい靴を使用してください。

注意!!

スリッパや草履は脱げやすく転倒しやすいため必ず靴を履いて運動を行なってください。

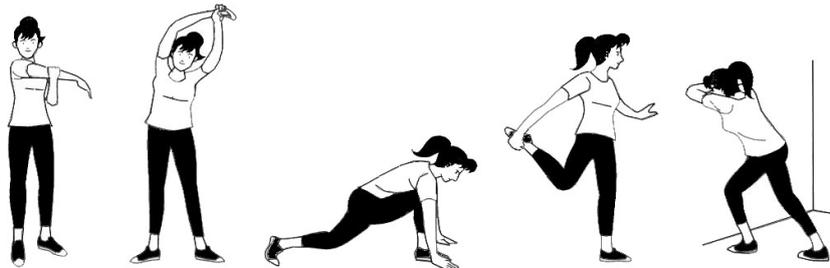
靴裏にローラーがあるものも禁止!!



### ●準備・整理運動をする。

運動に適した服装をしてください。また、ひも類のない服装にしてください。

※ トレーニングの前と後の準備・整理運動(ストレッチ)は、筋肉の緊張をほぐし、筋肉疲労を早く回復させます。細く長く息を吐きながら、下図を参考にしてストレッチをしましょう。



肩と体側のストレッチ

股関節のストレッチ

大股のストレッチ

ふくらはぎのストレッチ

## トレーニング前の確認

### ●正しい歩き方

正しい歩き方のポイントを参考にして、効果的なトレーニングをしましょう。

#### 1. 正しい姿勢

背筋を伸ばし、ベルトの中央で歩きます。  
前かがみにならないように、前をまっすぐ見ながら歩きます。



#### 2. 手足の動かし方

手：慣れるまではハンドルを握って歩行してください。慣れてきたら、歩行するリズムに合わせて軽く振ります。  
足：やや歩幅を広くとり、かかとから着地し足裏全体に重心をかけ、最後は足の指先を立てるように歩きます。

※ ベルトの中央で歩くようにしましょう!!

次のような歩き方はしないでください。機器の故障の原因になります。



#### つっぱり歩き

両手でハンドルを握り、両足でベルトの動きに逆行する歩き方。一時的にベルトに大きな負荷がかかり故障の原因になります。



#### はし歩き

ベルト左右、どちらかの端側ばかり歩く歩き方  
ベルトの片寄りの原因になります。



#### 蹴り歩き

ベルトの速度よりも速い歩き方。一時的にベルトに大きな負荷がかかり故障の原因となります。

※ イラストと実際の商品は異なります。

## メンテナンス

### 走行ベルトの調整方法

#### はじめに

走行ベルトは人の体重がかかりながらも回る最も重要な部分です。  
ベルトが滑りやすいように日ごろのメンテナンスが必ず必要となります。  
購入時は走行ベルトが固いため、早ければ約1週間ぐらいで調整が必要となる場合もございます。

#### ベルトの調整が必要となる症状

- 走行ベルトが左右どちらかに寄っている。
- 歩行中(走行中)に左右どちらかの足を前に着地した時に走行ベルトだけ止まるような感じがする。(スリップする)



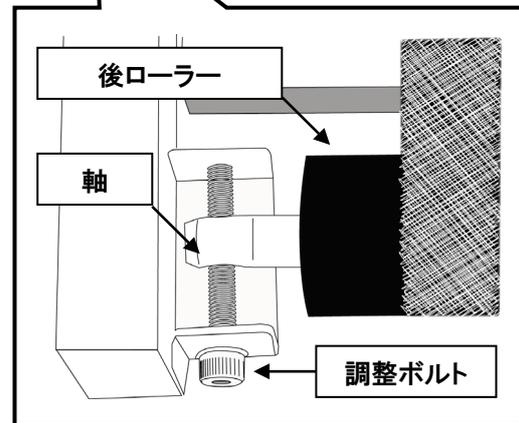
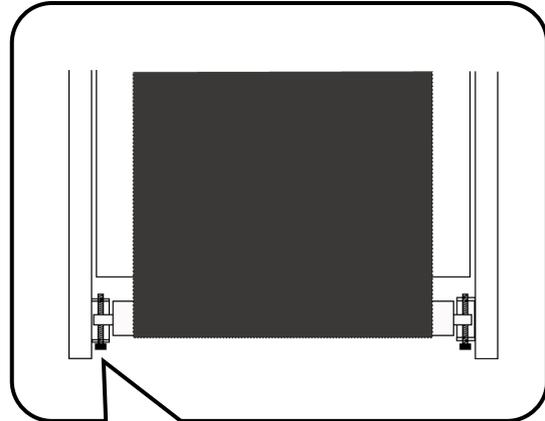
## メンテナンス

### 1. 走行ベルトが調整できる仕組みの説明

#### 走行ベルトの仕組み

ステップ後方のカバーの中は右図のように後ローラーの左右の軸に対して直角に調整ボルトが付いています。

このボルトを回すことにより、後ローラーの軸にもネジ山があり、前後するような仕組みです。

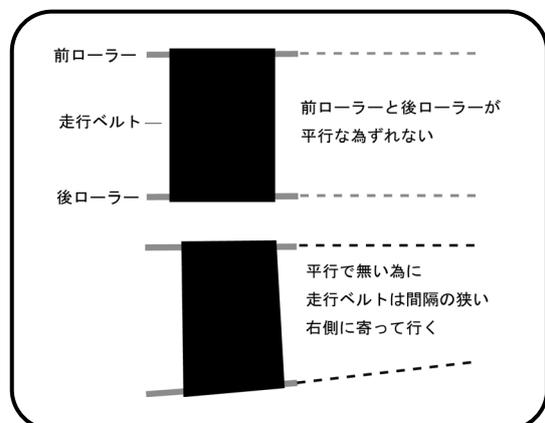


#### 前後ローラーの平行を保つ

前ローラーと後ローラーは上から見て平行でなければなりません。

どちらかの間隔がずれた場合は右図のようになります。

その際は寄った側の調節ボルトを回して調整が必要です。



## メンテナンス

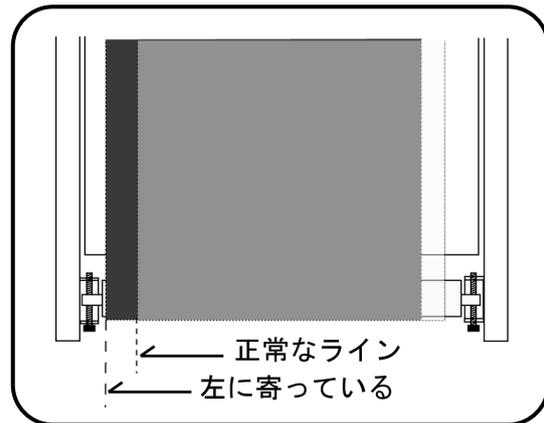
### 2. 走行ベルトの調整の仕組みの説明

#### 走行ベルトがずれる原因として考えられる原因

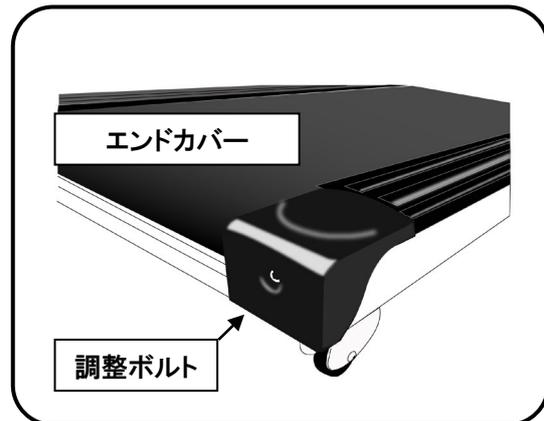
- 使用者の効き足の蹴る力
- 走行ベルトの伸び(消耗)
- 設置面の傾き

#### 走行ベルトが左に寄る場合の調整方法

右図のように走行ベルトが左に寄っている場合の調整方法を説明します。

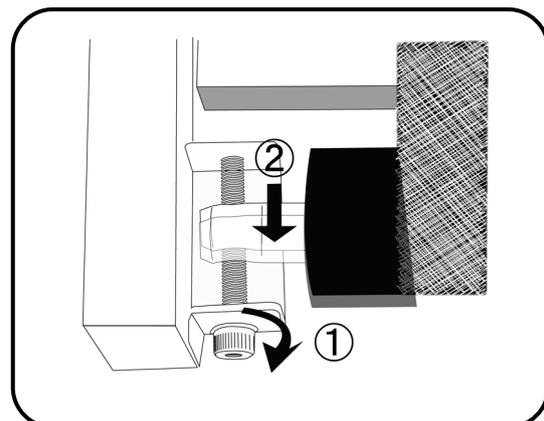


前ページで説明したように前後ローラーが平行で無い為、左に寄った場合は左側の後カバーの孔に、付属の六角レンチを使って、調整ボルトを回して調整します。右に寄った場合は右の調整ボルトを回して調整します。



右図はカバー内部の仕組みを分かりやすくするためのものです。

調整ボルト①を六角レンチで右に回すとローラーの軸②が後に下がります。



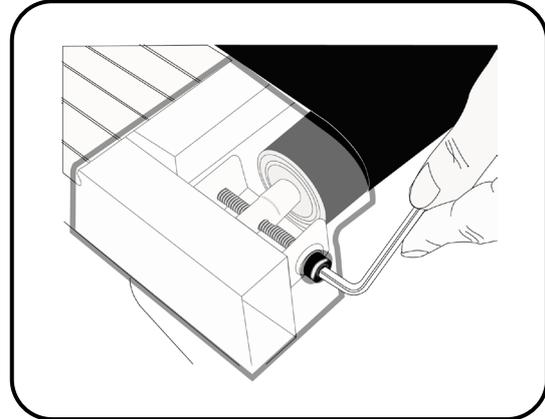
## メンテナンス

### 3. 走行ベルトの調整方法

初めにルームランナーの電源を入れて走行ベルトを時速2Km/hぐらいで動かしながら調整してください。

1度に回す目安として六角レンチは90度ぐらいが目安です。

あくまでも90度と言うのは目安ですので実際に走行ベルトが移動するのを目で見ながら微調整してください。



おおよそ走行ベルトが中心に寄ったら、時速6Km/hぐらいに速度を上げて、人が乗らない状態で微調整を続けます。

微調整の際に逆側に寄りすぎた場合は調整ボルトを少し左回しにしたりして調整します。

最後に実際に走行面に乗って、時速4～6Km/hぐらいで走行ベルトを回し、通常よりも強めに踏ん張るように踏み込みながら歩行してください。

走行ベルトだけが滑るような感じでしたら左右の調整ボルトを同じ回転だけ右回ししてください。ちょうど滑らなくなったところが適正の走行ベルトの張りです。



その後、通常通りの走行をしてベルトのズレを確認してください。

異常なければ走行ベルトの調整は完了です。

## メンテナンス

### シリコン塗布方法

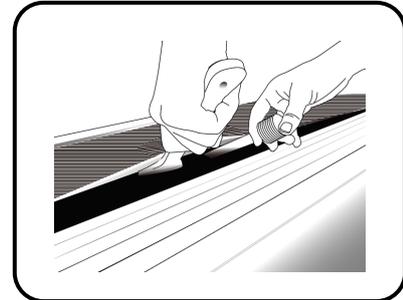
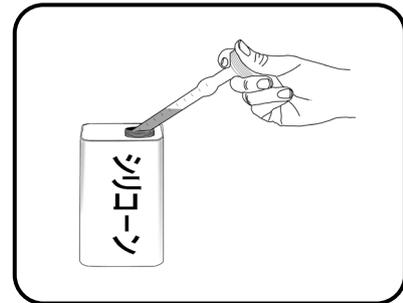
シリコン(潤滑剤)塗布は必ず必要です！

走行ベルトは常に人の体重を乗せて走行板の上を滑っています。

シリコンを塗布することで走行ベルトの潤滑をしやすくしており、モーターやモーター基盤等に負担が掛からないように助ける役目もしています。

ご使用頻度により異なりますが、業務用トレッドミルは1～3日毎で噴霧してください。(目安)

1. 走行ベルトと走行板の間にヘラを入れて、なるべく奥の方のベルトを持ち上げるようにします。
2. 走行板の幅の中心にシリコンが付着するように本体の左右から塗布します。走行板の全長の前から後まで移動させながら塗布してください。
3. その後、低速スピードで人が乗った状態で走行ベルトを回して、足の裏で伸ばすように3回転ほど回します。

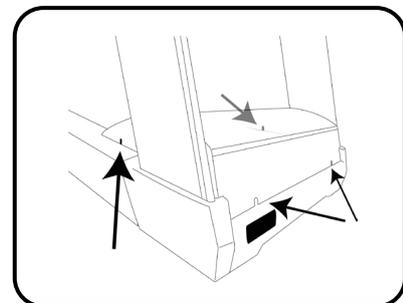


### 3～6か月ごとのお手入れ

#### モーターカバー内の清掃

コンセントを必ず抜きます。右図の矢印部分のモーターカバーのネジを緩めてカバーを開けて、カバー内部のホコリなどを取り除いてください。

(折畳んだ状態でネジを外すタイプもあります)



#### 走行板の拭き取り清掃

走行ベルトを緩めて、走行板を中性洗剤を含ませ、固く絞った雑巾などできれいにシリコン、ホコリ等を拭き取ってください。拭き取り後、走行板にシリコンを塗布してから走行ベルトを調整します。

## トラブルシューティング

本製品は電氣的に障害が起きるとディスプレイにエラー表示が出ます。エラー表示が出たときや本体が動かなくなってしまった時には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。

症状/表示エラーコード	原因	対処方法/確認箇所
AC-1	電圧不足	<p>本体に必要な電圧AC100Vが足りません。一度、コンセントを抜いて5分程放置して、本体の電気を完全に放電させてから、再度電源を入れてみて下さい。</p> <p>頻繁になるようでしたら電気工事に相談し、お部屋電圧を上げてください。</p> <p>もしくは販売店へご相談ください。</p>
AC-2/AC-3	過電圧	<p>電圧の高い場合のエラーコード</p> <p>一度、コンセントを抜いて5分程放置して、本体の電気を完全に放電させてから、再度電源を入れてみて下さい。</p> <p>頻繁になるようでしたら電気工事に相談し、お部屋電圧を確認ください。AC135V以上の過電圧</p> <p>電気業者あるいは販売店へご相談ください。</p>
AC-4/AC-5	過電流	<p>急激に電流が基盤に流れた時のエラーコード</p> <p>走行ベルトの消耗などで電子部品に負担が掛かっているおそれがあります。走行ベルトの張り調整、走行板へのシリコンスプレーの噴霧をしてください。メンテナンスをあまりされていないようでしたら走行ベルトの交換をお勧めします。</p>
AC-6	インバータの故障	<p>走行ベルトの消耗などで電子部品に負担が掛かっているおそれがあります。</p> <p>一度、コンセントを抜いて5分程放置して、本体の電気を完全に放電させてから、再度電源を入れてみて下さい。</p> <p>頻繁になるようでしたら電気工事に相談し、お部屋の電圧を上げてください。</p> <p>販売店へご連絡してください。</p>
AC-7	モーター基盤類の故障	<p>一度、コンセントを抜いて5分程放置して、本体の電気を完全に放電させてから、再度電源を入れてみて下さい。</p> <p>頻繁になるようでしたら販売店へご連絡してください。</p>
UART	電気系統の異常	<p>インバーターの故障、ケーブルの接続不良。販売店に連絡してください。</p>

## トラブルシューティング

症状/表示エラーコード	原因	対処方法/確認箇所
①パネル(画面)が何も表示されない	電源が入っていない	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 本体下の電源スイッチが「I」側へ押してあるか確認</li> <li>2. 入っていればブレーカーの確認(P.48を参照)</li> </ol>
②パネルが何も表示されない	電気がパネルまで通っていない	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 組立手順を見直して、ケーブルの差し込みを抜き差しして下さい。</li> <li>2. モーターカバーを開けて、コンピューター基板に刺さっているコネクタを確認して下さい。 注意)電源コンセントは抜いて作業をしてください。</li> </ol>
走行ベルトが左右に偏る	走行ベルトの張りが左右異なる	本取扱説明書のP.41からのメンテナンスのページをご確認の上、走行ベルトを調整してください。
ベルトがスリップする(ベルトだけが止まる)	走行ベルトの摩耗が大きくなっている。または消耗	<p>定期的なシリコンはされていますか？(P.44を参照)</p> <p>電気を入れずに足で走行ベルトを後ろに蹴るように滑らせて、スムーズに動くかどうか確認して下さい。</p> <p>もし重たく感じる様でしたら走行ベルトの摩耗が激しいと思われます。</p> <p>走行ベルトの消耗の場合は走行ベルトの交換</p>
脈拍が感知しない	パルスセンサー部分が感知しない。/ケーブルの断線	<p>手を少し、霧吹きなどで湿らせてください。もしくはセンサー部分を清掃してから確認してください(P.41を参照)。</p> <p>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。</p>
E6またはE7が表示	電気トラブル	電源をOFFにし、5秒後にONにしてください。

## トラブルシューティング

### モニターの点灯が点かない場合はブレーカーを確認してください

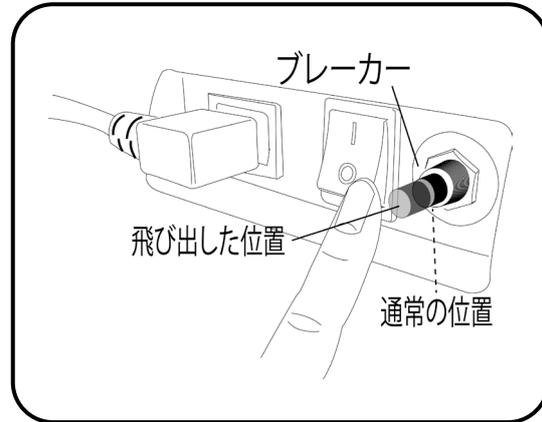
#### 電源が入らない場合の確認

本製品で電源が入らないという場合は右図のようにブレーカーが飛び出ている場合がございます。

その際は本体前方の前の部分のブレーカーを指で押していただくと解除します。

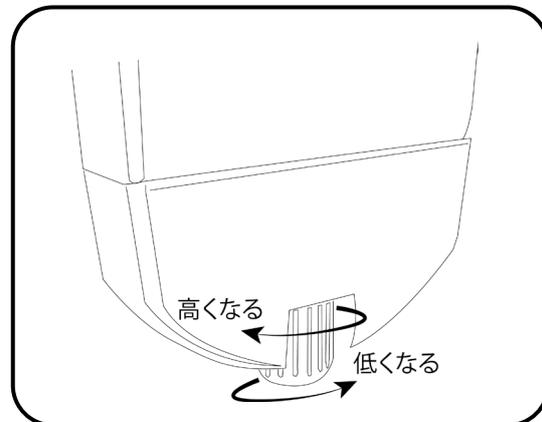
ブレーカーの飛ぶ原因は走行板のシリコン噴霧が不足の為、走行ベルトが滑りにくくモーターに負荷が掛かり定格以上の電流が流れた場合によく発生します。シリコン噴霧をこまめにしてください。

詳しくはメンテナンスページをご覧ください。



#### 本体にがたつきがある場合の調整方法

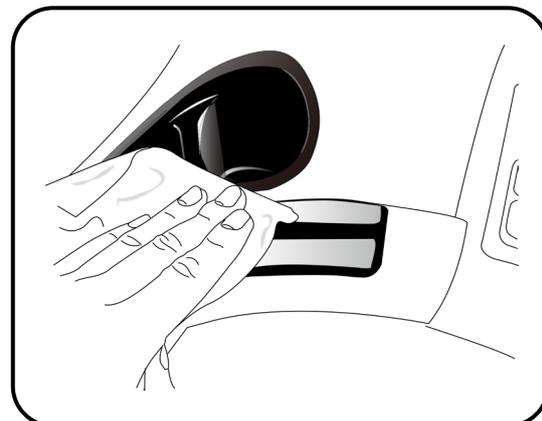
本製品には後脚が調整できる機構となっております。設置場所でがたつきがある場合は右図を参考に調整してください。右図のダイヤルを矢印の方へ高くしたい場合は右回しに、低くする場合は左回しにして調整して下さい。



#### 脈拍センサーに触れていないのに音が鳴ったり、数値が表示される場合

中性洗剤をタオルなどに含ませ、脈拍センサーの清掃をして下さい。

注意) 汗などがセンサーの隙間などに入り込むと通電してしまって音が鳴る場合がございます。定期的に清掃して頂きますようお願い致します。



## 商品仕様

名称	ヘルスジョガー・リハ
形式	HJ-7000T
電源	AC100V 15A・ 単相200V 20A
傾斜角度	(約)-3%~+12%
設定速度	(約)前進0.8-20km/h
計器表示	速度・時間・距離・脈拍・消費カロリー・傾斜・ステップ
脈拍(パルス)方式	グリップセンサーとチェストベルト
時間	カウントアップ:10分00秒~99分00秒 カウントダウン:99分00秒~00分00秒
距離	積算表示:0.00Km~999Km(100m単位)
消費カロリー	積算表示:0~999kcal
緊急停止用安全キー	可動式
走路サイズ	(約)幅560×長さ1570mm
本体サイズ	(約)幅930×長さ2040×高1550mm
本体重量	(約)197kg
最大使用体重	(約)180kgまで
使用環境温湿度	+10~+40℃ 30~80%RH
保存環境温湿度	+10~+50℃ 20~90%RH
使用モーター	ACモーター 5.0HP (5年保証) インバーター制御
コンセント	AC100V 15A・ 単相200V 20A
付属品	簡易組み立て用工具、シリコンスプレー 取扱説明書(品質保証書付き)
原産国	台湾

2021年11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。

- 取扱説明書に従った正常な使用状態で、お買い上げ後2年以内に故障した場合には無償でパーツを提供いたします。（ただし走行ベルト、Vベルト、プラスチックの割れ等は消耗部品の為除く）
- 無償修理期間内に故障してパーツ提供を受ける場合は、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。
- 無償修理期間内でも次の場合には有償修理になります。
  - 出張修理のご依頼
  - 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、あるい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。
- 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。
- 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、2年間はパーツを無償提供いたします。

※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。

品名：ヘルスジョガー  
形式：HJ-7000T  
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

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  
TEL：(052) 501-2577 FAX：(052) 501-2588 東京営業所 TEL：(03) 6659-9061  
E-mail：[hi@jp-chuoh.com](mailto:hi@jp-chuoh.com) URL：[www.jp-chuoh.com](http://www.jp-chuoh.com)