

**circle**

FITNESS

ALWAYS MOVING FORWARD

---

# オーナーズマニュアル

---

**B8** アップライトバイク

ディスプレイタイプ: LEDコンソール



必要なときにいつでもご覧いただけるよう  
この取扱説明書を大切に保管して下さい。

- 安全にご使用いただくために . . . . . P2
- 部品リスト . . . . . P3~4
- 開梱及び組立 . . . . . P5~13
- 各部調整方法 . . . . . P14
- 脈拍センサー . . . . . P15
- 準備体操 . . . . . P16
- 脈拍ターゲット表 . . . . . P17
- コンソール説明 . . . . . P18
- プログラムコントロール . . . . . P19~23
- メンテナンスと修理 . . . . . P24
- 保証書

## 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。

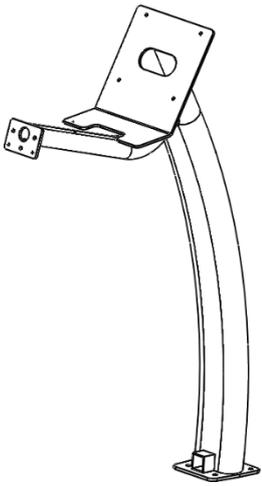
特に 35 歳以上又はお身体の不自由な方は、本機のご使用前にできるかぎり事前に必要な身体検査を行ってください。



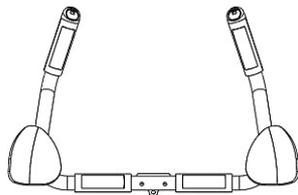
### 他の安全上の注意事項

- ◎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。
- ◎本機を湿気が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。
- ◎本機ご使用の際は、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。

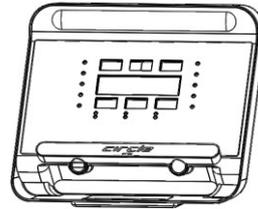
# 部品リスト



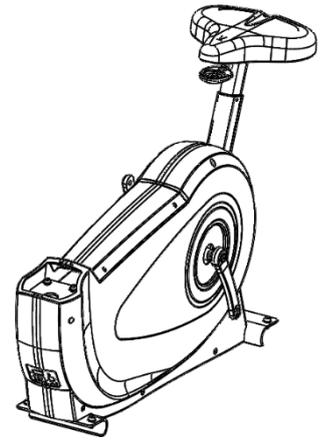
シートポスト



ハンドル



コントロールパネル



本体



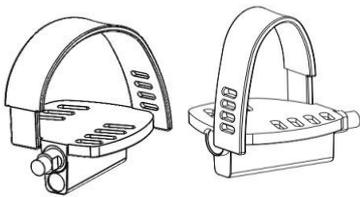
ドリンクホルダー  
上部カバー



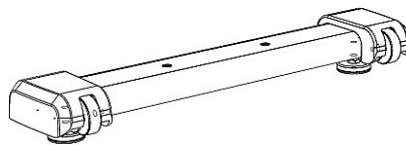
ドリンクホルダー  
下部カバー



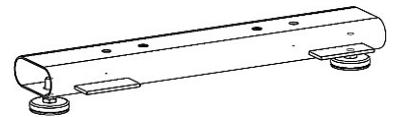
ハンドルポストカバー



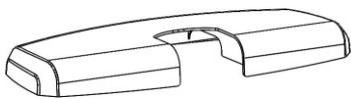
ペダルセット(左右)



前脚



後脚



後脚カバー



アクセサリカバー



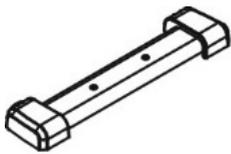
## 梱包及び組立

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。  
アップライトバイクを組み立てる前に床などを傷つけないよう、まずマシンの底面にマットを敷いていただくことをお勧めいたします。

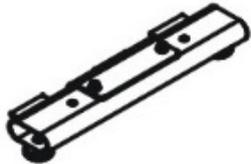
※注意:本機の本体が重いため、本体を組み立てる時、複数の人に手伝ってもらってください。

### Step1 前脚、後脚とフレームの組み立て

- 1) あらかじめ前脚、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後の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×1



後脚×1



M8×20mm×4



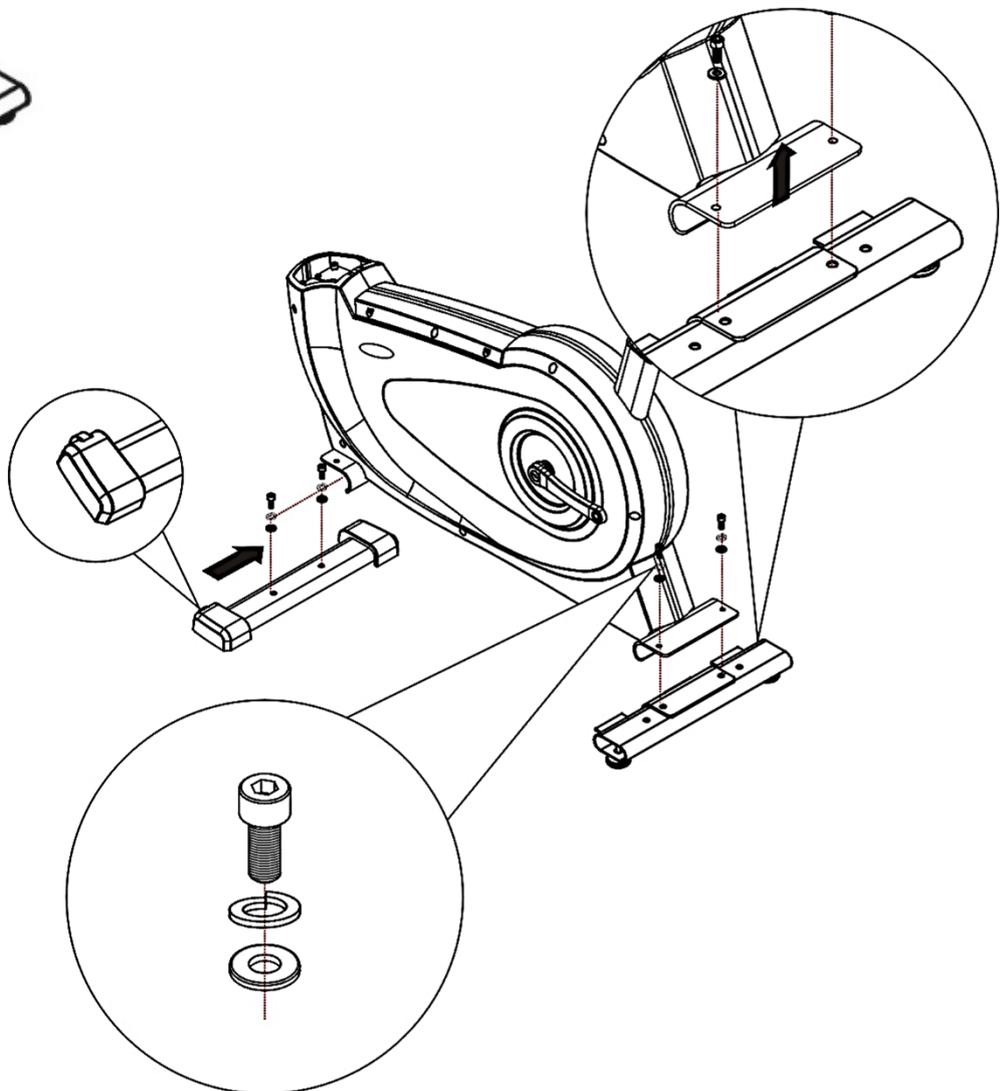
M8 Sワッシャー×4



M8平ワッシャー×4



六角レンチ(6mm)



## 梱包及び組立

### Step2 後脚カバーとフレームの組み立て

六角レンチ(6mm)を使って2本のM4×12mmネジで後脚カバーをフレームにしっかりと固定します。



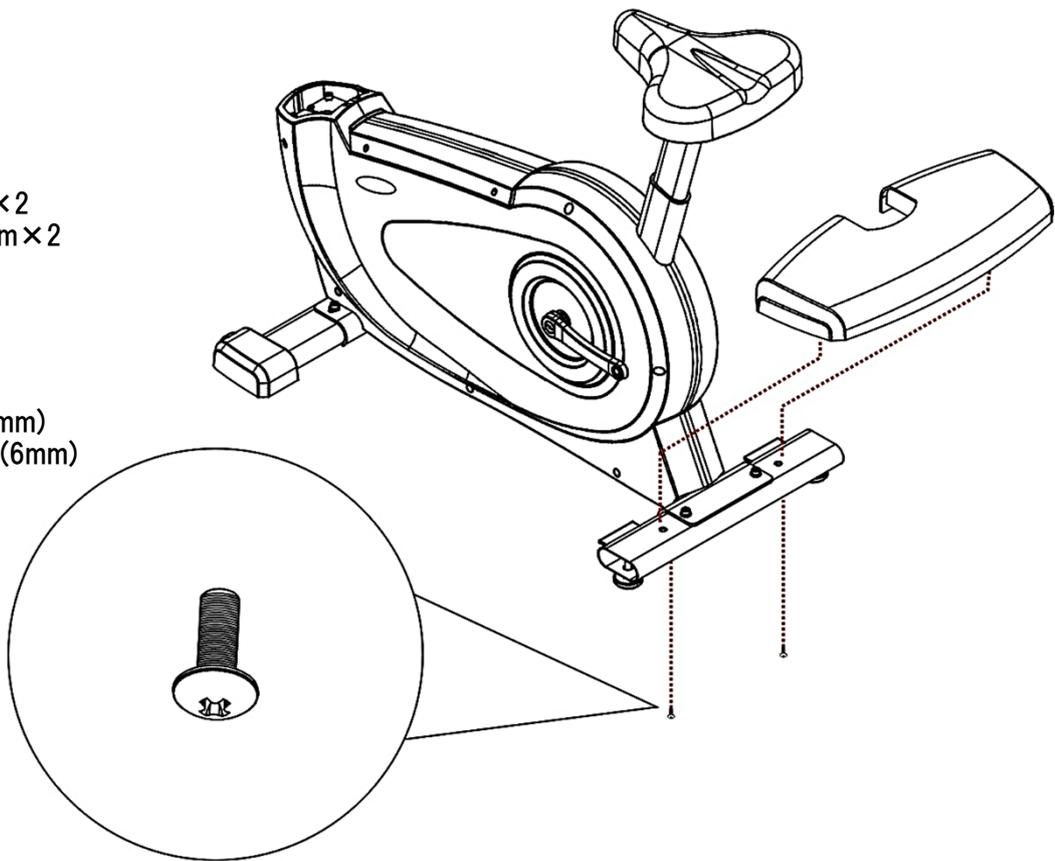
後脚カバー×1  
後脚カバー×1



M4×12mm×2  
M4×12mm×2



六角レンチ(6mm)  
六角レンチ(6mm)

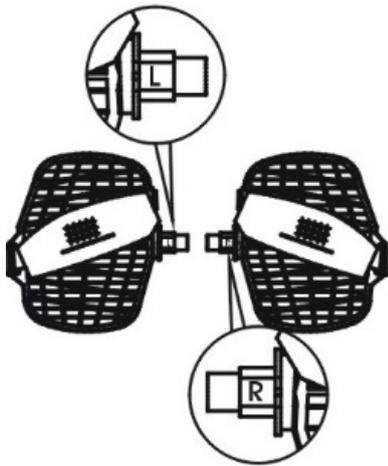


## 梱包及び組立

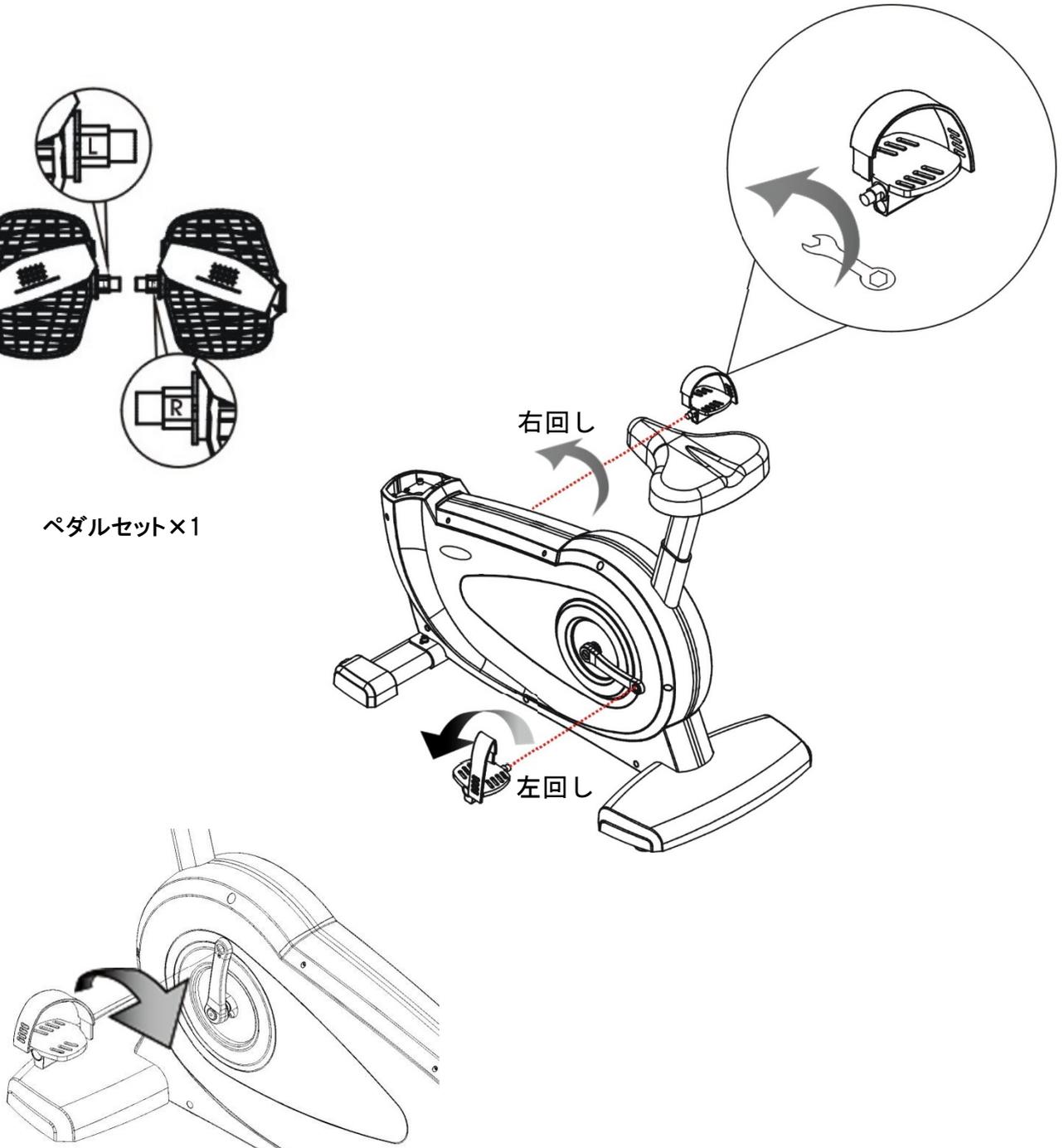
### Step3 ペダルとフレームクランクの組み立て

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

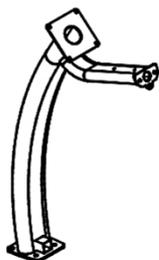


ペダルセット×1

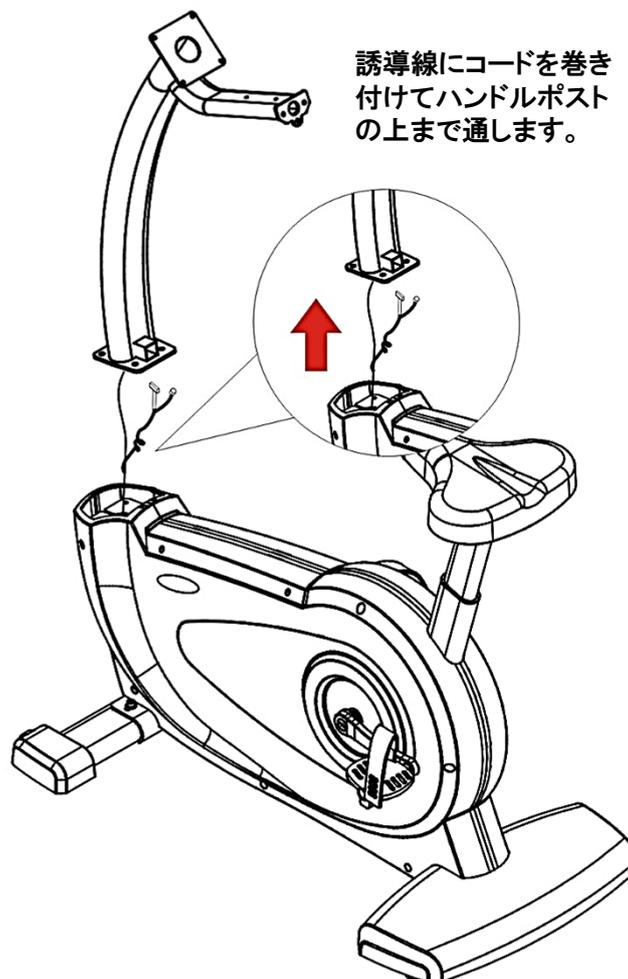


## Step4 ハンドルポストの組み立て

- 1).ネジはフレーム上に締めているため、先に外してください。
- 2).誘導線でコントロールパネルコード、コードを接続してハンドルポストに通し、誘導線を外さずに、ハンドルポスト上に縛ります。



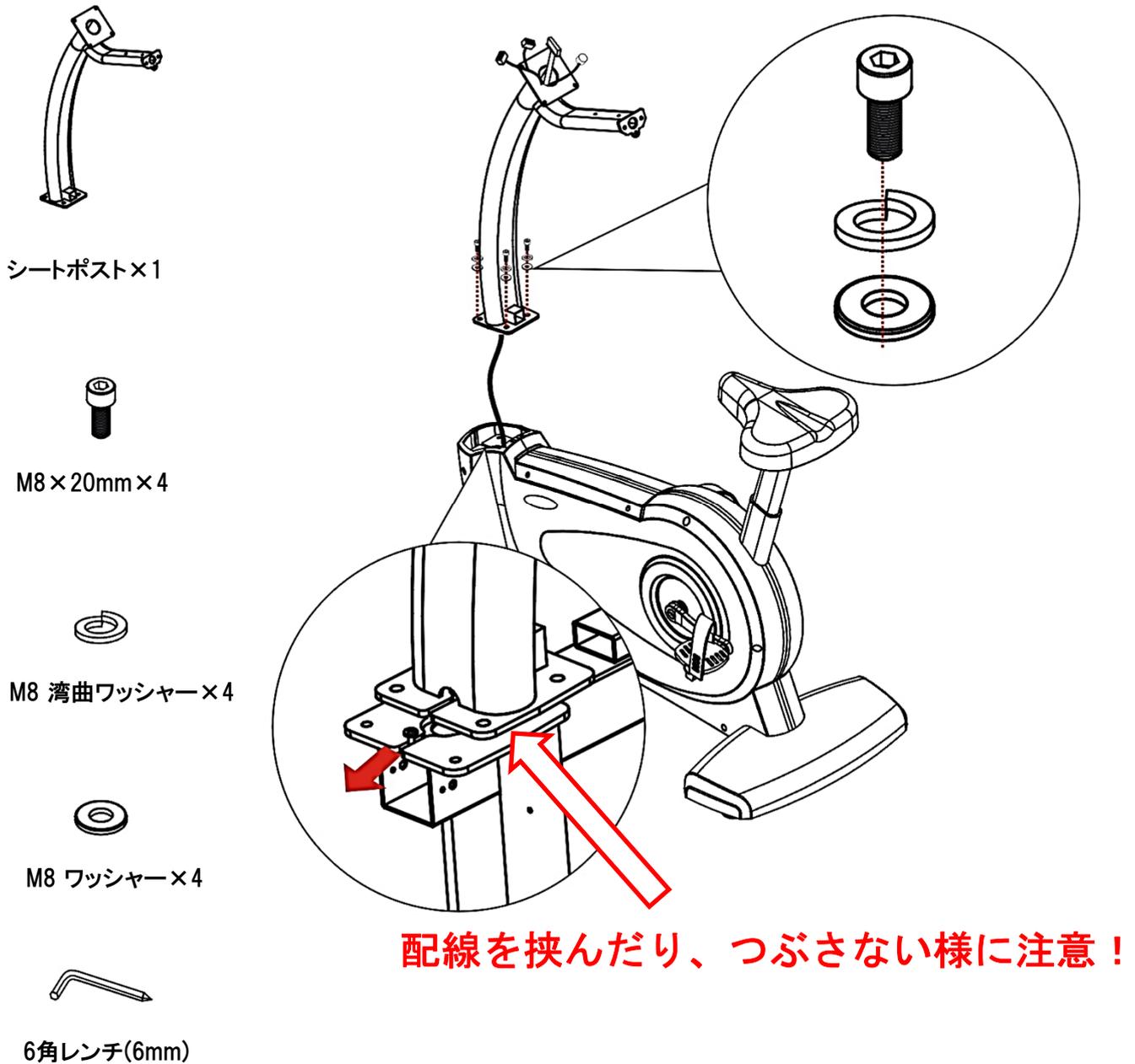
シートポスト×1



## 梱包及び組立

### Step5 ハンドルポストの組み立て

- 1).ハンドルポストを下記の図を参考にフレームに差し込みます。その際に配線を挟まない様に十分注意して下さい。
- 2).六角レンチ(6mm)を使って4本のM8×20mmネジ、M8 Sワッシャー及びM8 平ワッシャーでハンドルポストをフレームにしっかりと固定します。



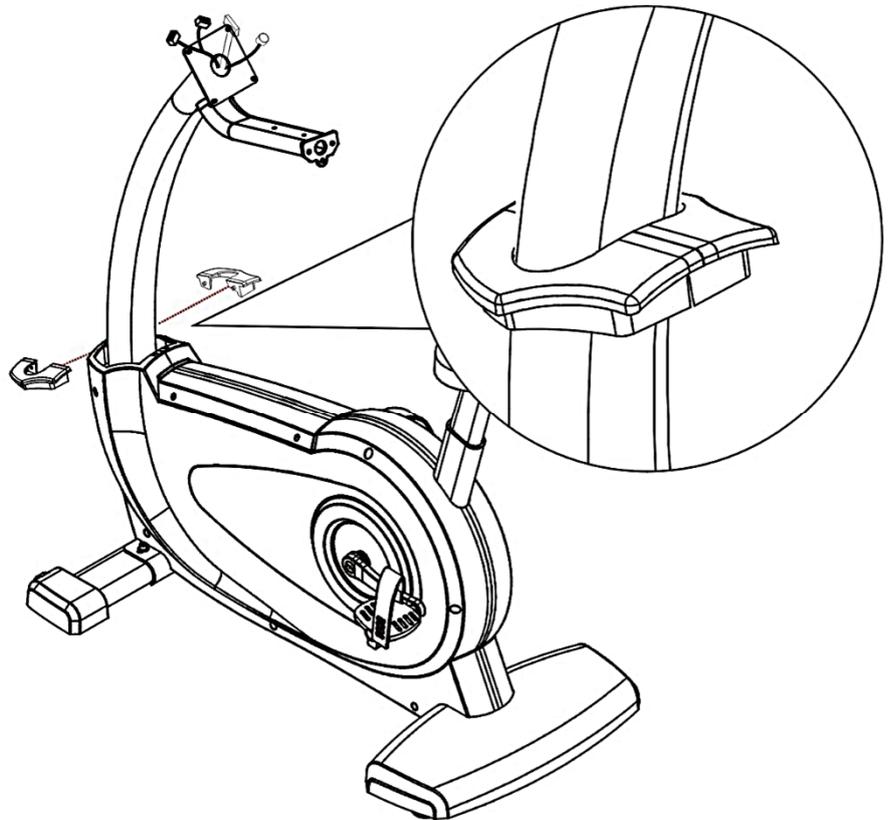
## 梱包及び組立

### Step6 左右ハンドルポストカバーとハンドルポストの組み立て

1).ハンドルポストカバーを右図を参照に取り付けてください。



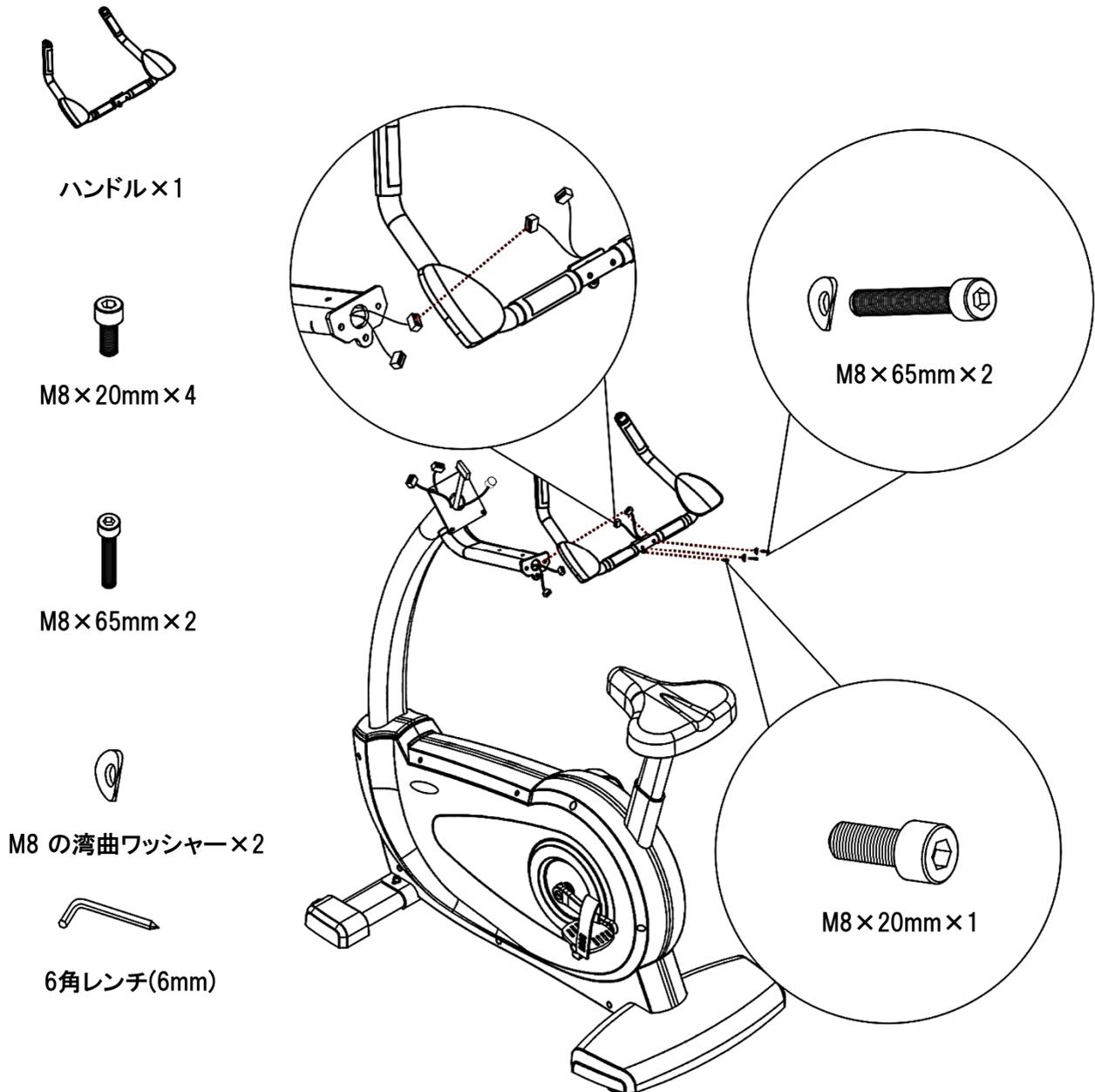
ハンドルポストカバー×1



## 梱包及び組立

### Step7 ハンドルポストの組み立て

- 1).まず脈拍コードを接続します。
- 2).六角レンチ(6mm)を使って1本のM8×20mmと2本のM8×65mmネジ、2個のM8湾曲ワッシャーでハンドルをハンドルポストにしっかりと固定します。



## 梱包及び組立

### Step8 ドリンクホルダーとハンドルの組み立て

- 1).ネジはドリンクホルダーに締めているため、先に外してください。
- 2).六角レンチ(5mm)を使って2本のM6×15mmネジでドリンクホルダー上部カバーをハンドル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M4×20mmネジで、ドリンクホルダーの下部カバーをハンドルにしっかりと固定します。



ドリンクホルダー  
上部カバー×1



ドリンクホルダー  
下部カバー×1



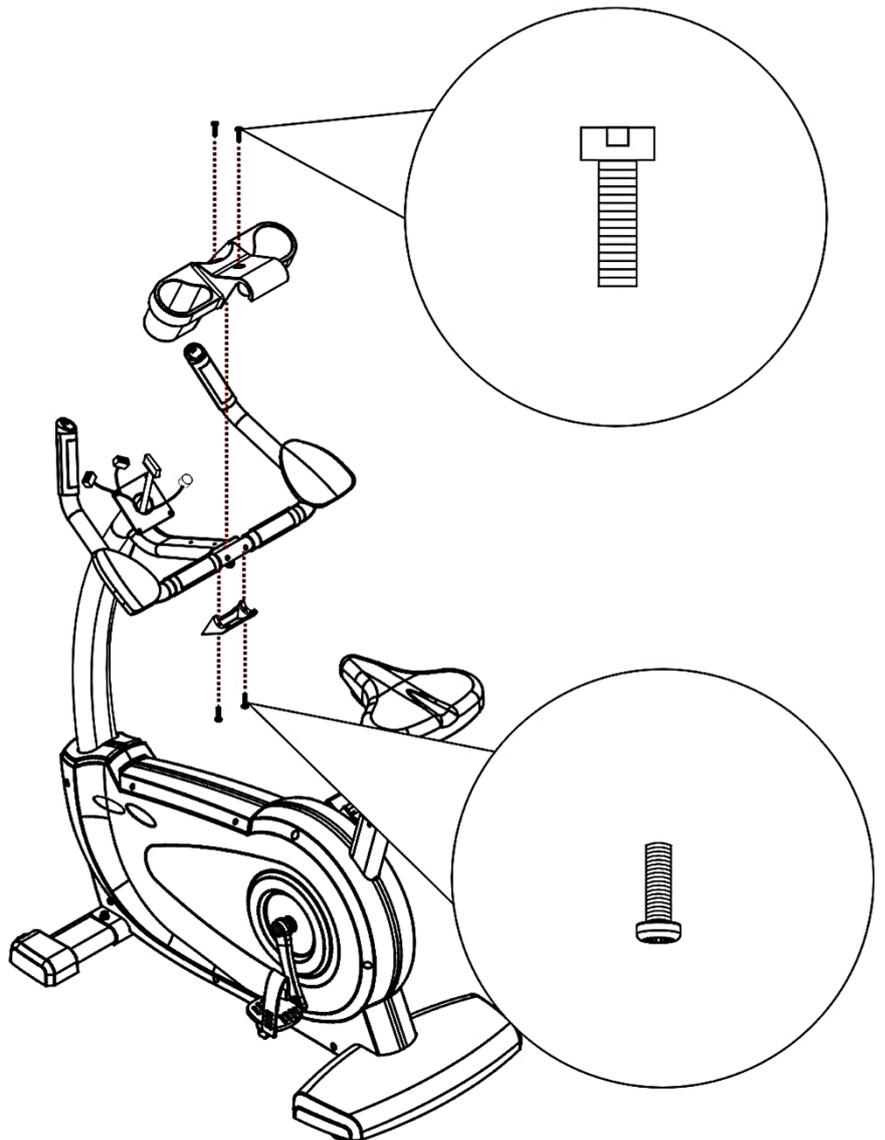
M6×15mm×2



M4×20mm×2



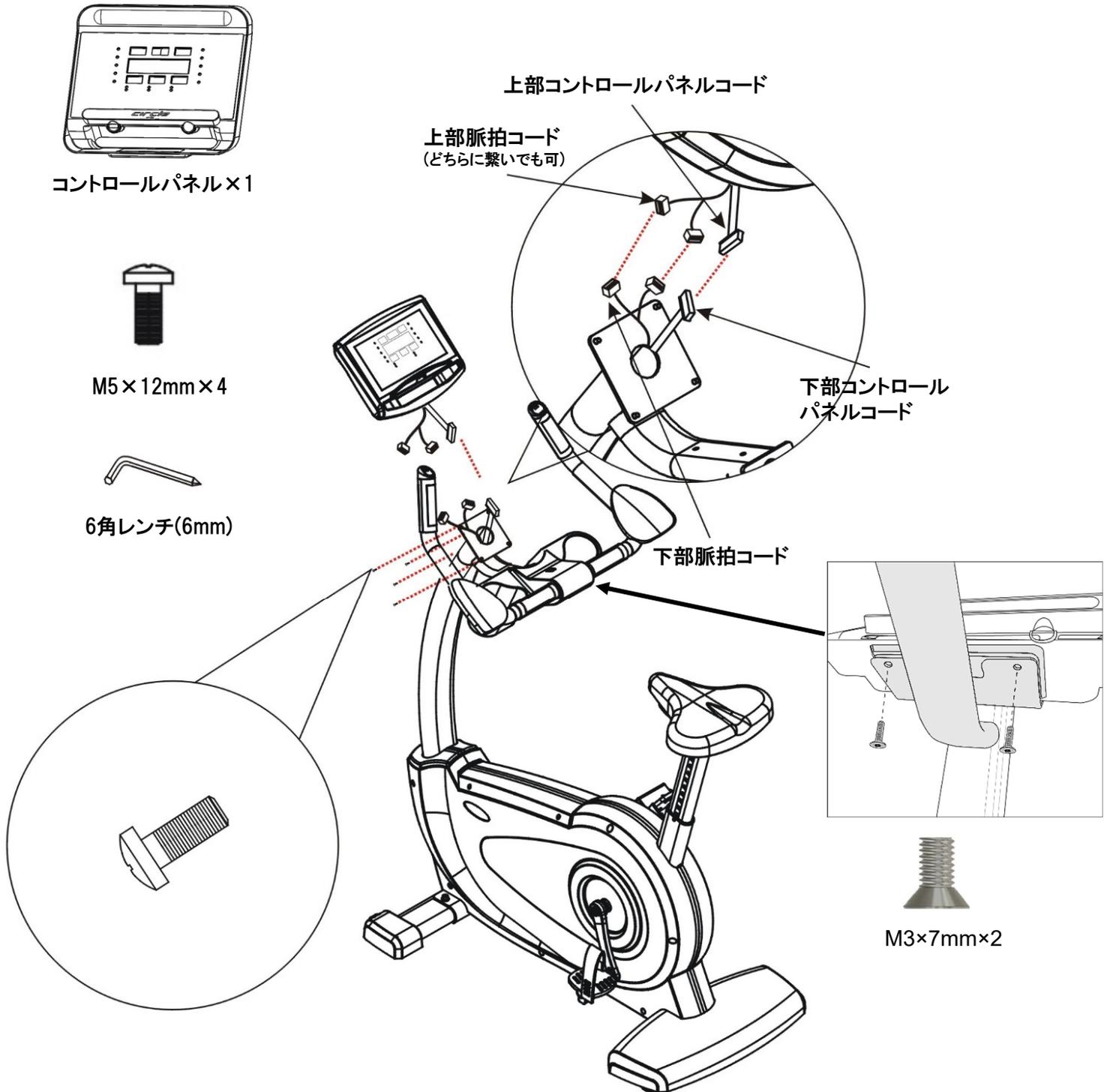
六角レンチ(6mm)



## 梱包及び組立

### Step9 コントロールパネルとハンドルポストの組み立て

- 1).ネジはコントロールパネル上に締めているため、先に外してください。
- 2).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、上部、下部脈拍コードを接続し、接続を終えた後誘導線を外します。
- 3).六角レンチ(6mm)を使って4本のM5×12mmネジでコントロールパネルをハンドルポストにしっかりと固定します。
- 4).M3×7mmを2本を使って、下側からコントロールパネルを固定します。



## 各部調整方法

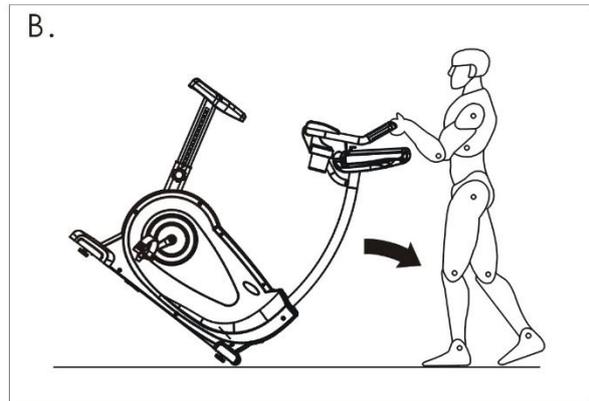
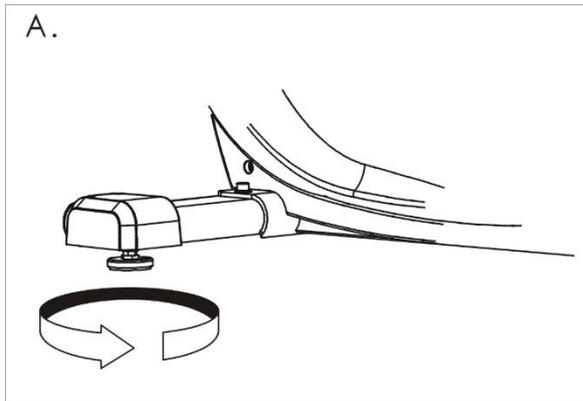
### A アジャスターの調整方法

本体にガタつきがある場合、水平レベル調整をして下さい。  
アップライトバイクスタンドのアジャスターをベストの位置に調整してからアジャスター上のネジを締め付けます。

### B マシンの移動方法

マシンの底部に一对の移動用キャスターがあります。マシンを移動させる時、両手をマシンの前方ハンドルに置き、マシンを持ち上げて移動用キャスターで適した位置に移動させます。マシンを移動させる時、ハンドルをしっかりと握ってください。

※注意: 当社のマシン本体の素材がよいものであるため、比較的重いです。マシンを運搬する時、気をつけて移動し、必要がある場合複数の人に手伝ってもらってください。



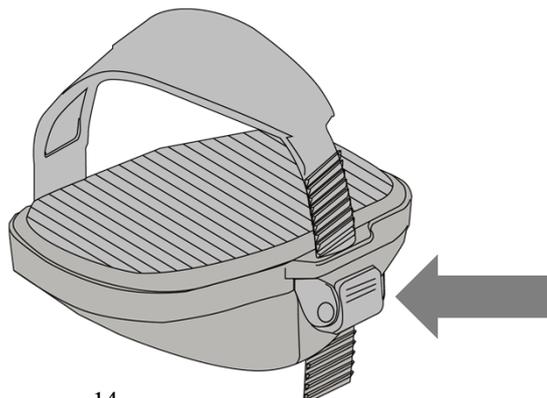
### C シートの高さ調整

ノブを上引いて、個人の身長に応じて適切に高さを調整します。



### D ペダルバンドの調整

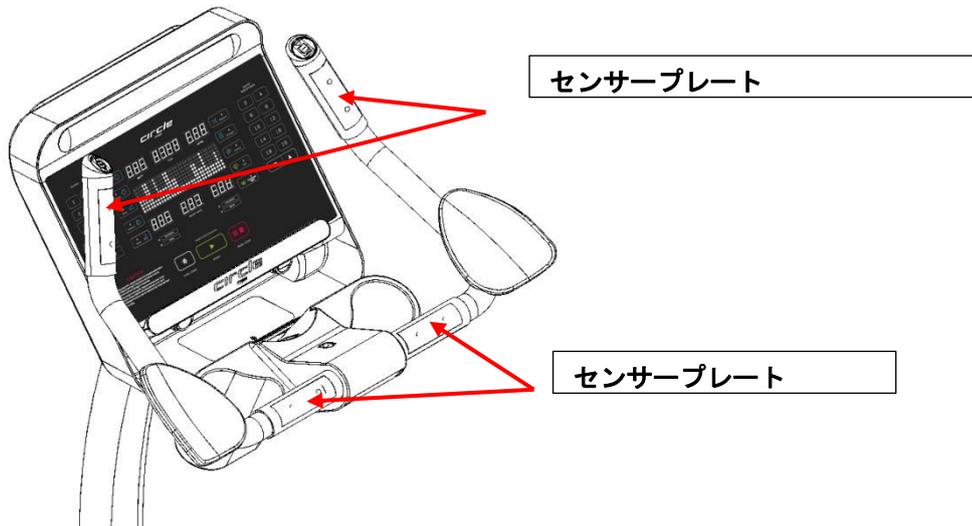
右図矢印の部分のつまみで調整します。



## 脈拍センサー

### ハンド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両手で握ることで測定できます。本機のハンドルを握ると、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下さい。  
接触が正常に感知できない場合は高く表示されることがあります。  
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下さい。

**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。**

ハートレートコントロールプログラムをご使用の場合は別途チェストベルトをご用意下さい。

## 準備体操

適切な運動の構成には、準備運動、有酸素運動及び整理運動の三部分を含み、準備運動は筋肉のストレッチに役立ち、身体を温め、運動による傷害を避けることができます。整理運動は筋肉痛を和らげることができます。以下は、推奨される準備運動と整理運動です。



### 頭を回す運動

頭を右側へ倒し、左側の首筋が気持ちよく伸びているのを感じてから頭を後ろに倒し、顎を上に向けて口を開き、更に頭を右側へ倒し、最後に頭を前に倒し、顎を胸につけます。



### 肩上げ運動

右肩を耳に近づけるように上げ、その後左肩も耳に近づけるように上げます。



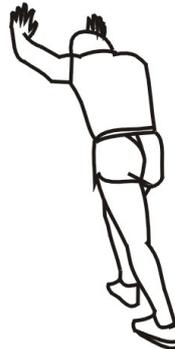
### 大腿四頭筋のストレッチ

壁に手を着いてバランスを取りながらやります。右足を後方へ引き、足のかかとがお尻の下あたりに来るようにする状態で15カウント保持し、次に左足でこの動作を繰り返します。



### 脇のストレッチ

腕を体の両脇に伸ばしてから、頭を超えるまで上げて続けます。できれば右腕を天井に向かって伸ばします。こうすると右側の身体が伸びているのを感じることができます。右腕を上述の動作を繰り返します。



### ふくらはぎ / かかとのストレッチ

左足を前、右足を後にし、両手を伸ばして壁に手をつけて身体を支えながら右足を真っ直ぐに伸ばした姿勢を保持し、左足を床の上に置いてから左足を曲げ、腕部を壁の方向に移動します。この姿勢で15カウント保持し、その後足を変えてこの動作を繰り返します。



### 太もも内側の筋肉のストレッチ

床に座り、膝を曲げて横に開き、足の裏と裏を合わせます。足を無理のない範囲で体の方に引き寄せ、両手で両膝を下に軽く押し広げます。この姿勢で約15カウント保持します。



### 立位体前屈のストレッチ

ゆっくりと腰を下ろし、足指へ伸ばす時、肩をリラックスさせ、できれば床に着くようにし且つこの姿勢で約15カウント保持します。

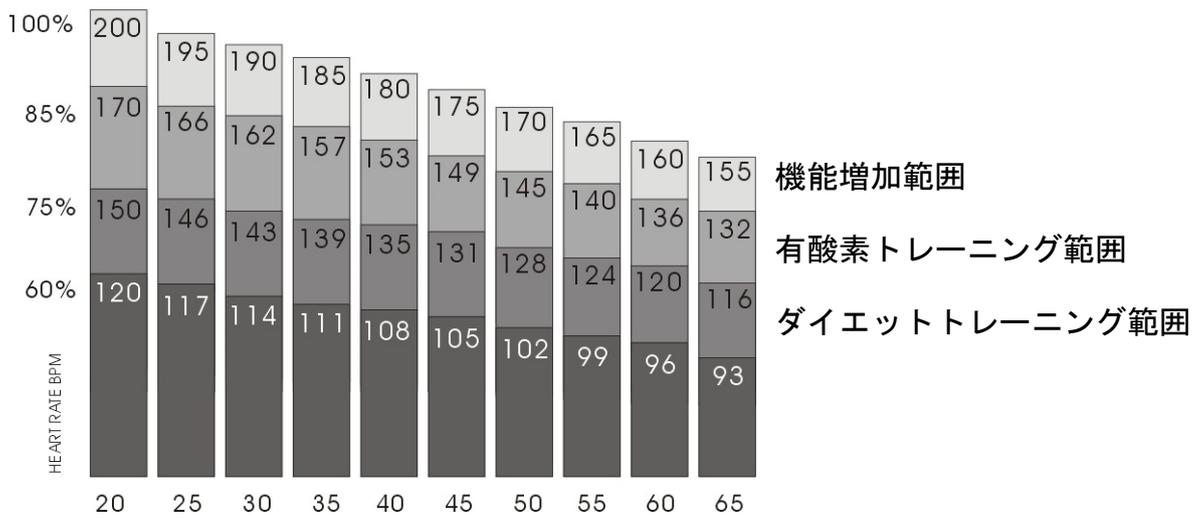


### 太もも裏面の筋肉のストレッチ

右の足を伸ばして座ります。左の足を伸ばした方の太もも内側に引き寄せ、できる限り足指を伸ばします。この姿勢で15カウント保持し、リラックスしてから左の足を伸ばして上述の動作を繰り返します。

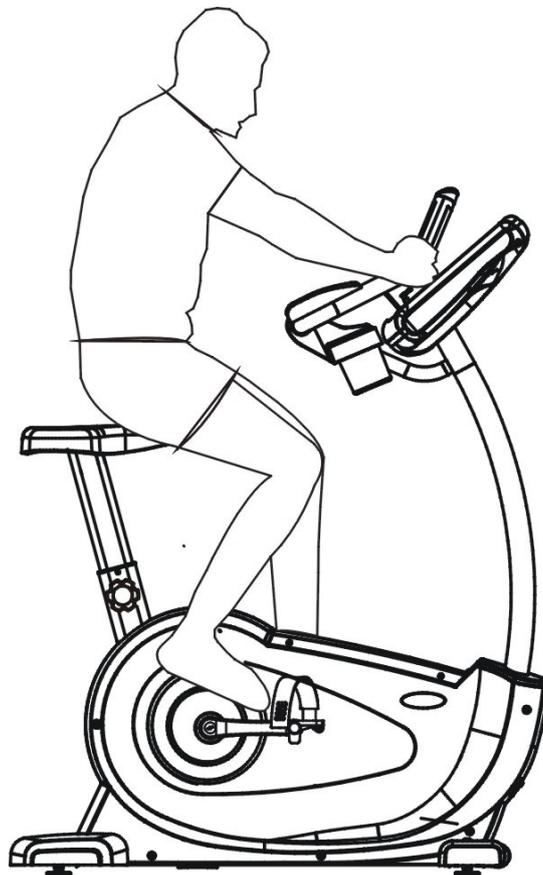
## 脈拍ターゲット表

脈拍数ターゲット表

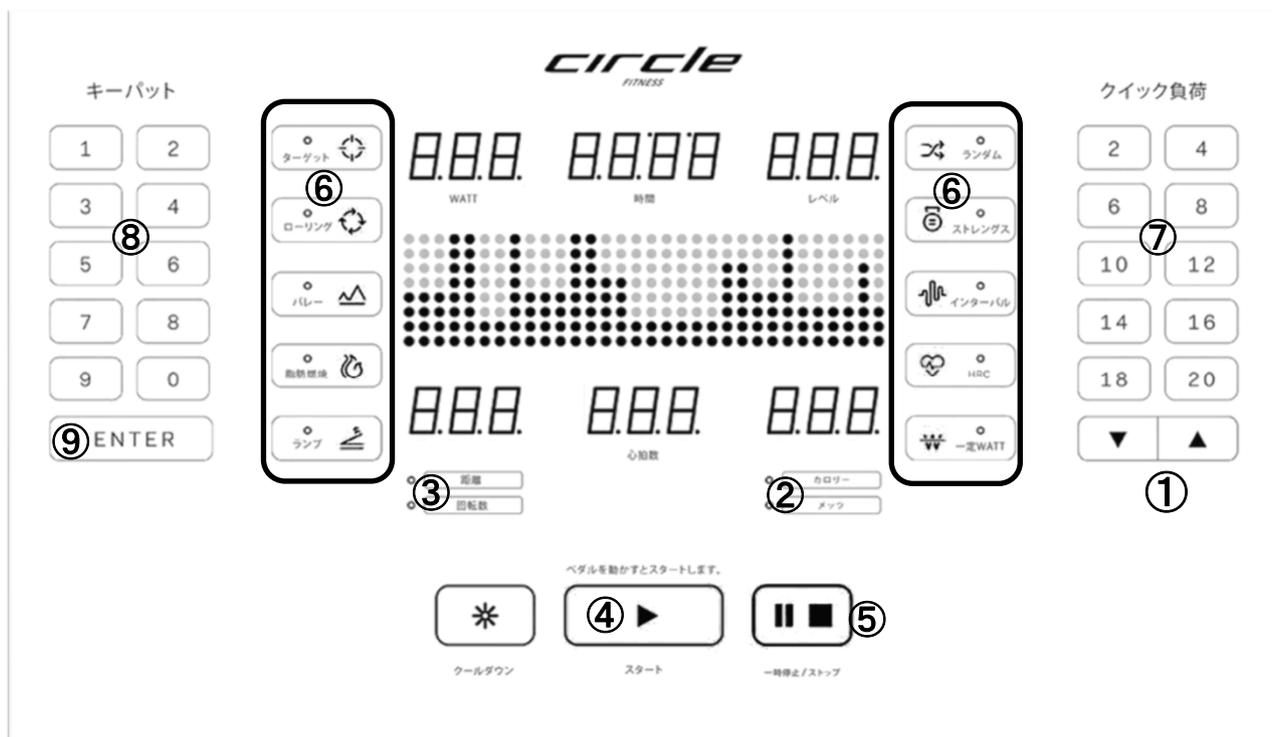


かかりつけの医師に相談して自身のベストの脈拍数とワット数に応じて設定してください。

- **運動時の姿勢**



# コンソール説明



## 7.1ディスプレイ説明

ディスプレイ内容	説明
Distance: 距離	累積距離 (Km/Miles)
Time: 時間	運動時間、時間を設定した場合はカウントダウンを表示
Heart Rate: 心拍数	心拍数の測定
Watts: ワット	トレーニング中のマシンの出力ワット数
RPM: 回転数	1分間辺りの回転数
Level: レベル	レベル設定L1~L25, 数値が大きいくほど負荷が大きくなる。
Calories: カロリー	トレーニング中に消費したカロリー数
Mets: メッツ	ユーザーのメッツ測定値

注意:消費カロリーと心拍数は参考値としてのおおよその値です。

## 7.2キーパットの説明

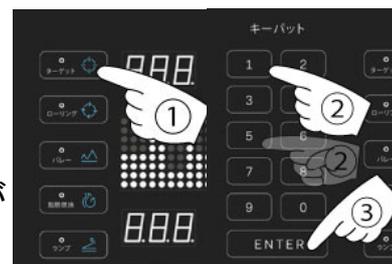
キーパット名称	主な機能
① LEVEL: レベル ▲ / ▼	負荷調整もしくは設定値の調整
② Calories: カロリー / Mets: メッツ	カロリー ↔ メッツを表示
③ Distance: 距離 / RPM: 回転数	距離 ↔ 回転数(1分間あたりの回転数)
④ START: スタート	マシンをスタートさせる
⑤ STOP: ストップ / PAUSE: 一時停止	一時停止し、もう一度停止を押すとホーム画面に戻ります。
⑥ Program control: プログラム	プログラム各種
⑦ LEVEL: レベル	10種類の負荷オプションを調整
⑧ テンキー	数字や値を入力するには0~9のキーを使用して入力します。
⑨ ENTER: 決定	設定の調整値を確認するか、次の設定に進むにはキーを押してください。

## プログラムコントロール

プログラム説明：注意) 漕ぎながらの操作となります。

### 【ターゲット】時間・距離・カロリーの任意での数値設定

- ① 『ターゲット』を押して選択します。右図指のマーク①
- ② マトリクスウインドウに『SET BODYWEIGHT THEN PRESS ENTER』文字列が表示されますので、体重を入力してから『ENTER』を押して次の項目を引き続き修正してください。右図②、③
- ③ マトリクスウインドウに『SET TIME THEN PRESS ENTER』文字列が表示されますので、時間を設定してから『ENTER』を押して次の項目を引き続き修正してください。右図②、③
- ④ マトリクスウインドウに『SET DISTANCE THEN PRESS ENTER』文字列が表示されますので、距離を設定してから『ENTER』を押して次の項目を引き続き修正してください。右図②、③
- ⑤ マトリクスウインドウに『SET CALORIES THEN PRESS ENTER』文字列が表示されますので、カロリーを設定してからスタートを押してプログラムを実行します。右図②、③、④
- ⑥ 運動の開始。
- ⑦ 時間、距離、カロリーのカウント方法は、カウントダウンの場合、いずれかの項目でカウントが終了するとプログラムが【停止モード】に入り、数値を設定していない場合、手動で停止させてください。



### 【プリセットプログラム】

- ① 1 個のプログラムを選択します。計 7 個のプログラムボタン(ローリング、バレー、脂肪燃焼、ランプ、ストレングス、インターバル、ランダム)があります。
- ② マトリクスウインドウに『SET BODYWEIGHT THEN PRESS ENTER』文字列が表示されますので、体重を設定してから『ENTER』を押して次の項目を引き続き修正してください。
- ③ マトリクスウインドウに『SET TIME THEN PRESS ENTER』文字列が表示されますので、時間を設定してから『ENTER』を押して次の項目を引き続き修正してください。
- ④ マトリクスウインドウに『SET LEVEL』文字列が 1 度表示されてから DM に Profile パターンが表示され、LEVEL ウインドウに L1 が表示され、▲or▼を押して L1、L2、L3、L4 or L5(ランダムを選択した場合、DM に『CHANGE PROFILE BY PRESS ARROW EY』文字列が 1 度表示され、▲ or ▼を押してパターンを変更します。QUICK START を押してプログラムを実行します。
- ⑤ 運動の開始。  
実行方法は、プログラムに従い実行し、時間を選択した場合、設定時間÷32 となります。運動時、任意で速度または角度ボタンでレベルを変更できます。  
時間を設定した場合、カウントが終了すると、プログラムが【停止モード】に入ります。プリセットプログラムパターン:P1=ローリング、P2=バレー、P3=脂肪燃焼、P4=ランプ、P5=ストレングス、P6=インターバル、P7=ランダム

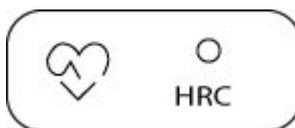


# プログラムコントロール

P	SEG	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	
P1	LEVEL 1	3	4	4	5	6	6	7	7	6	6	5	4	4	3	3	4	4	5	6	6	7	7	6	6	5	4	4	3	4	5	6	6			
	LEVEL 2	5	6	6	8	8	9	9	9	8	8	7	7	6	6	5	6	6	7	7	8	9	9	8	8	7	6	5	6	6	7	7	8			
	LEVEL 3	7	8	9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	9	8	8	9	1	1	1	1	1	1	1	9	8	8	7	7	6	7	8	9		
	LEVEL 4	9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		
	LEVEL 5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		
P2	LEVEL 1	9	9	8	7	6	6	5	5	4	4	3	3	2	2	2	1	1	2	2	2	3	3	4	4	5	5	6	6	7	7	8	8			
	LEVEL 2	1	1	1	9	9	8	8	7	7	6	5	4	3	2	2	1	1	2	3	3	4	5	6	7	7	8	8	8	9	9	9	1	0		
	LEVEL 3	1	1	1	1	9	9	8	8	7	7	6	6	4	3	3	1	1	2	3	4	5	6	7	7	8	8	9	9	1	1	1	1	1		
	LEVEL 4	1	1	1	1	1	1	9	8	8	7	7	6	4	3	3	1	1	3	3	4	6	7	7	8	8	9	1	1	1	1	1	1	1	1	
	LEVEL 5	1	1	1	1	1	1	1	1	9	8	7	6	5	4	3	1	1	3	4	5	6	7	8	9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
		5	5	3	3	2	1	0	0																											
P3	LEVEL 1	1	1	3	3	3	5	5	5	6	7	7	8	8	9	9	1	1	9	9	8	8	7	7	6	5	5	5	3	3	3	1	1	1		
	LEVEL 2	1	1	5	5	5	7	7	7	8	9	9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	9	8	7	7	7	5	5	5	1	1	
	LEVEL 3	1	2	5	6	6	7	8	8	9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	8	8	7	6	6	5	5	3	1	1	
	LEVEL 4	2	3	6	6	7	8	9	9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	9	8	7	6	6	5	4	2	2	
	LEVEL 5	3	4	7	7	8	8	9	9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	9	8	8	7	7	4	3	3	
P4	LEVEL 1	1	1	1	2	2	2	3	3	3	4	4	4	5	5	5	6	6	7	7	7	8	8	8	8	6	5	4	4	3	2	1	1	1		
	LEVEL 2	1	1	2	2	3	3	3	3	5	5	5	6	6	7	7	7	8	8	9	9	1	1	1	1	1	9	9	8	8	7	7	6	6	6	
	LEVEL 3	1	2	2	3	3	4	4	5	5	6	6	7	7	8	8	9	9	9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	LEVEL 4	2	2	2	3	3	4	5	5	5	6	6	7	7	8	9	9	9	9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	LEVEL 5	2	2	3	3	4	4	5	5	6	6	7	7	8	8	9	9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1



## 【ハートレートコントロール/HRC】



### このプログラムはチェストベルトが必要

HRC は、無線式チェストベルトのみでコントロールするため、脈拍の受信が無い場合、60 秒後に自動的にリセットされます。

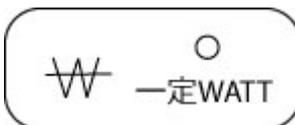
『H. R. C』 ボタンを押すと、DM ウィンドウに『THR』が表示され、▲・▼キーを押して『HRC 65%』、『HRC 75%』、『HRC 85%』に切り替え、選択したプログラムを確認した後『Enter』を押して入って設定を開始します。  
(HRC 60%=(220-Age) × 60%/75%=(220-Age) × 75%/85%=(220-Age) × 85%)

### 設定方法

- ① マトリクスウィンドウに『SET TARGET HR THEN PRESS ENTER』文字列が表示されますので、目標脈拍数を設定してから『ENTER』を押して次の項目を引き続き修正してください。
- ② マトリクスウィンドウに『SET BODYWEIGHT THEN PRESS ENTER』文字列が表示されますので、体重を設定してから『ENTER』を押して次の項目を引き続き修正してください。
- ③ マトリクスウィンドウに『SET TIME THEN PRESS ENTER』文字列が表示されますので、時間を設定してから『ENTER』を押して次の項目を引き続き修正してください。
- ④ HRC 65%、HRC 75%、HRC 85%モードを選択します。
- ⑤ マトリクスウィンドウに『SET AGE THEN PRESS ENTER』文字列が表示されますので、年齢を設定してから『ENTER』を押して次の項目を引き続き修正してください。
- ⑥ マトリクスウィンドウに『SET BODYWEIGHT THEN PRESS ENTER』文字列が表示されますので、体重を設定してから『ENTER』を押して次の項目を引き続き修正してください。
- ⑦ マトリクスウィンドウに『SET TIME THEN PRESS ENTER』文字列が表示されますので、時間を設定してから『ENTER』を押して次の項目を引き続き修正してください。
- ⑧ マトリクスウィンドウに『SET BEGIN LEVEL THEN PRESS ENTER』が表示され、▲・▼キーを押して初期レベルを設定し、スタートを押してプログラム実行を開始できます。
- ⑨ スタートボタンを押して運動の開始。
- ⑩ 運動状態中、プログラムの初回調整変化を行う時間は実行が30 秒になった時に定めます。
- ⑪ 運動状態中、プログラムの実行が目標脈拍数と比較し、『実際の脈拍数<目標脈拍数-5』となった場合、運動中の 30 秒ごとに LEVEL が自動的に 1 段階上げ、LEVEL が最大値になるまでとし、脈拍が 0 の時、変化しません。
- ⑫ 運動状態中、プログラムの実行が目標脈拍数と比較し、『実際脈拍数>目標脈拍数+5』となった場合、運動中の 30 秒ごとに LEVEL が自動的に 1 段階下げ、LEVEL が最小値になるまでとし、脈拍が 0 の時、変化しません。
- ⑬ 運動時、任意の LEVEL 調整ボタンで負荷を変更できます。
- ⑭ Time カウント方式をカウントダウンとする場合、カウントが終了すると、プログラムが【停止モード】に入ります。

# プログラムコントロール

## 一定ワット



- ① 『一定WATT』 ボタンを押して選択します。
- ② マトリクスウインドウに『SET BODYWEIGHT THEN PRESS ENTER』 文字列が表示されますので、体重を入力してから『ENTER』 を押して次の項目に進めます。
- ③ 時間設定で、マトリクスウインドウに『SET TIME THEN PRESS ENTER』 文字列が表示されますので、時間を設定してから『ENTER』 を押して次の項目に進めます。
- ④ 時間設定で、マトリクスウインドウに『 **SET WATT THEN PRESS ENTER** 』 文字列が表示されますので、WATT数値を設定してから『ENTER』 を押します
- ⑤ スタートボタンを押して運動の開始

プログラムが自動調整変更を行うのは30秒ごとになります。運動中に表示されるWATT数値はその時のタイムリーな数値となります。足りない場合は任意で▲・▼キーを押してレベルを上げ目標数値に近づける様にしましょう。

設定したWATT数値に達していない場合はペダルが30秒ごとにレベル1ごとに上がっていき重くなります。設定したWATT数値より超えている場合はレベルが1ごとに下がっていき軽くなります。レベル1でも数値に離れている場合は▲・▼キーを押してレベルを上げ目標数値に近づける様にしましょう。

回転数	30	40	50	60	70	80	90	100	110	120
レベル	ワット									
1	20	27	33	40	47	53	60	67	73	80
2	25	33	41	49	58	66	74	82	90	99
3	29	39	48	58	68	77	87	97	106	116
4	34	45	56	67	78	90	101	112	123	134
5	38	51	63	76	88	101	114	126	139	152
6	43	57	71	85	99	113	128	142	156	170
7	47	63	79	94	110	126	141	157	173	189
8	51	69	86	103	120	137	154	172	189	206
9	56	75	93	112	131	150	168	187	206	224
10	60	80	100	120	140	160	180	200	220	240
11	67	90	112	135	157	180	202	225	247	270
12	75	100	125	150	175	200	225	250	275	299
13	83	110	138	165	193	220	248	275	303	330
14	90	120	150	180	210	240	270	300	330	360
15	97	130	162	195	227	260	292	325	357	389
16	105	140	175	210	245	280	315	350	385	420
17	112	150	187	225	262	300	337	375	412	450
18	120	160	200	240	280	320	360	400	439	479
19	128	170	213	255	298	340	383	425	468	510
20	135	180	225	270	315	360	405	450	495	540
21	148	197	246	296	345	394	444	493	542	592
22	161	215	269	322	376	430	483	537	591	645
23	174	232	290	348	406	464	522	580	638	696
24	187	249	312	374	436	499	561	623	686	748
25	200	267	333	400	467	533	600	667	733	800

## メンテナンスと修理

### 他の安全上の注意事項

- ◎ 本機を湿気の多い場所に設置しないでください。危険の発生或いは本機の寿命が短くなる原因となるおそれがあります。
- ◎ 定期的にペダル表面上の汚れを清掃してください。
- ◎ 常に本機の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：

コントロールパネル等が汚れた場合、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。



### メンテナンスの目安

項目	週ごと	月ごと	毎年(2回)	毎年
コントロールパネルのウインドウ	清掃	検査		
コントロールパネル上のネジ			検査	
マシンのジョイント	清掃	検査		
マシンのメインフレーム	清掃			検査
プラスチック製部材	清掃	検査		
ペダル	清掃	検査		

### 故障の場合

異音等の場合はボルトの緩み等をご確認ください。

本機に異常があった場合は、ご購入店様へ本体前面下の電源スイッチ近くに貼ってあるシリアルナンバーをお伝えください。

## 保証規定

- 1.) 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消耗品以外は無償でパーツ保証いたします。(消耗品: 座面シート、ペダルバンド)
- 2.) 無償修理期間内に故障してパーツ保障を受ける場合は、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となります。
  - ・ 弊社にて出張での修理依頼
  - ・ 消耗品の故障
  - ・ 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害。
  - ・ 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

※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  
いただください

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 年間は無償修理いたします。

シリアルNo.

品名: アップライトバイク

形式: B8 LED version2

ご芳名: \_\_\_\_\_

ご住所: \_\_\_\_\_

TEL. ( ) \_\_\_\_\_

お買い上げ店名: \_\_\_\_\_

印

住所: \_\_\_\_\_

TEL. ( ) \_\_\_\_\_

お買い上げ年月日: \_\_\_\_\_ 年 月 日

「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」

TEL:(052)501-2577

FAX:(052)501-2588

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)

2025 ' 1