

circle

FITNESS

For Chuoh health inc.



操作説明書

E6 Elliptical

B6 LED

LED Screen

も く じ

P2 パネル操作説明

P3 タッチスクリーンの使い方

P4 結果表示

P5～6 コース(プログラム)トレーニング

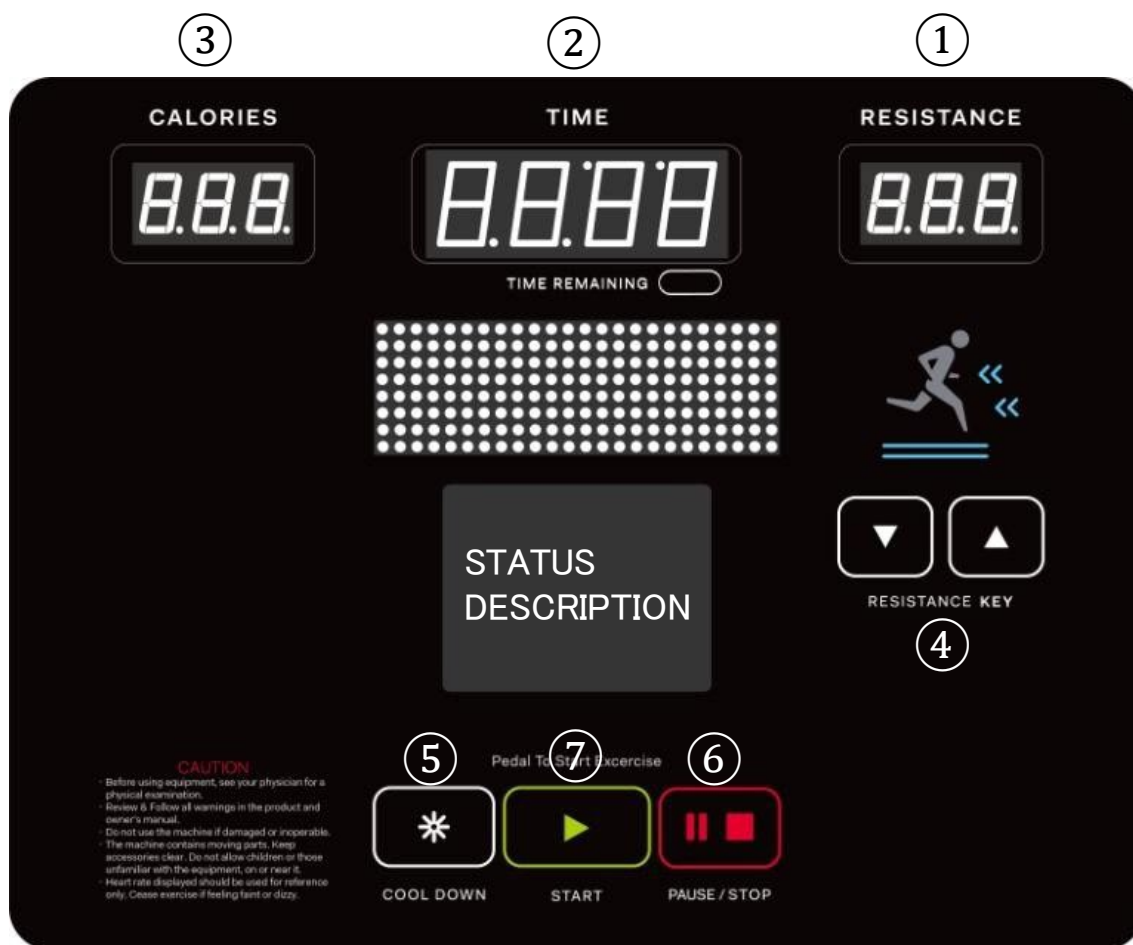
P7 ターゲットトレーニング

P8 心拍数コントロール

保証書

パネル操作説明

コントロールパネルのLED表示とボタン機能



LED 表示	説明
① RESISTANCE 負荷	現在の負荷レベルを表示します。
② TIME 時間	経過した時間または残り時間を表示します。
③ CALORIES カロリー	これまでに消費したカロリーを表示します。
STATUS DESCRIPTION	現在の動作状態を示します。

ボタン機能説明

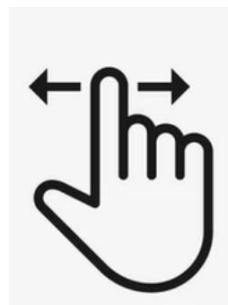
④ 負荷調整ボタン ▲ / ▼	負荷の調整をします。▲で強く▼で弱くなります。
⑤ COOL DOWN クールダウン	運動終了時に使用します。負荷を徐々に低下させ、使用者の身体に負担が少なくなるようサポートします。
⑥ PAUSE / STOP 一時停止/ストップ	1回押すと運動を一時停止します。2回押すと運動を終了します。
⑦ START スタート	運動の開始、一時停止からの復帰、設定の選択時に使用します。

タッチスクリーンの使い方

以下の動作で使用してください。

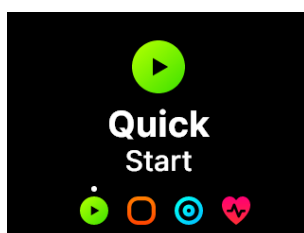


タッチして決定



スワイプして選択

1 クイックスタート、運動中の表示、結果画面について



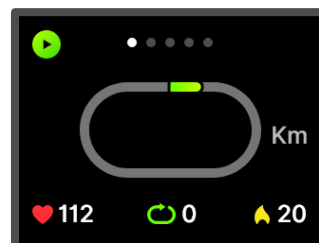
初期画面で「Quick Start」を押すと、一番軽い負荷レベルで運動が開始されます。負荷レベルは任意のタイミングで自由に調整でき、時間と距離は自動的に記録されます。

運動中の表示

運動中は画面に右のような画面が表示されます。

中央(トラック表示)

左下(心拍数) 下(トラック周回数) 右下(消費カロリー)



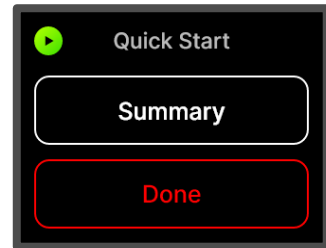
開始画面からスワイプ操作で下のように表示項目を切り替えられます(左から右の順に表示)

距離(km)とMETs、累積消費カロリーと時間あたりの消費カロリー、心拍数と平均心拍数、速度と平均速度、回転数(RPM)とワット数。

 ● ● ● ● ● 2.1 Distance (Km)	 ● ● ● ● ● 612 Calories	 ● ● ● ● ● 112 Heart Rate
 10.8 Mets	 482 Cal/Hour	 102 Avg. Heart Rate
 ● ● ● ● ● 112 Heart Rate	 ● ● ● ● ● 10 Speed	 ● ● ● ● ● 35 RPM
 102 Avg. Heart Rate	 ● ● ● ● ● 10 Avg. Speed	 ● ● ● ● ● 35 Watt









結果表示

運動を終了する際は「PAUSE/STOP」ボタンを押します。
右図のような画面が表示されますので、「Summary」もしくは「Done」を選択します。

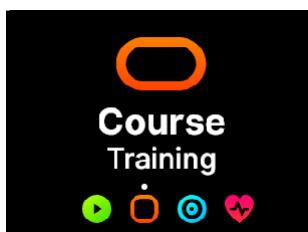


「Summary」を選択した場合、以下の項目が表示され、スワイプで切り替えられます。

(左から右の順に表示) : 距離(km)と経過時間、平均心拍数と最大心拍数、消費カロリーと平均ワット数、平均速度と最高速度。

 2.1 Distance (Km)	 102 Avg. Heart Rate	 809 Calories	 10.5 kph Avg. Speed
 24:23 Duration	 138 Max Heart Rate	 300 Avg. Watt	 12 kph Best Speed

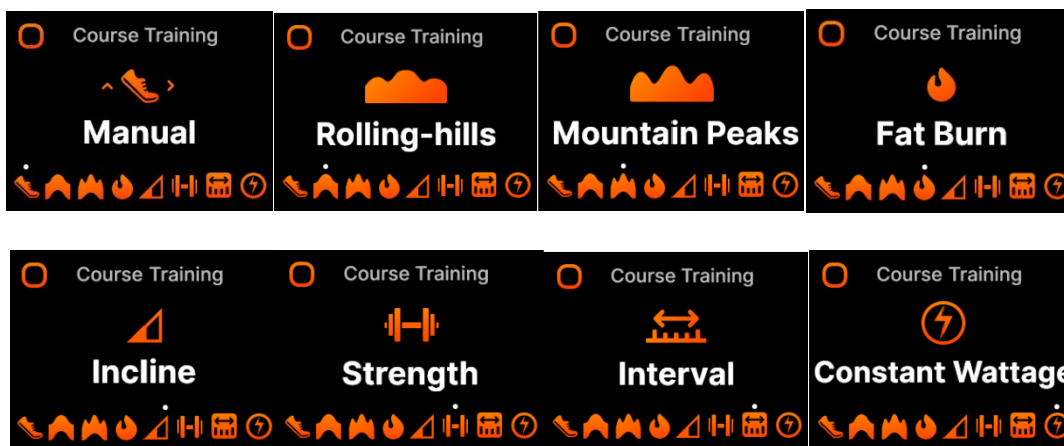
2. コーストレーニング



初期画面からスワイプし、上の「コーストレーニング」画面が表示されたらタッチして選択します。

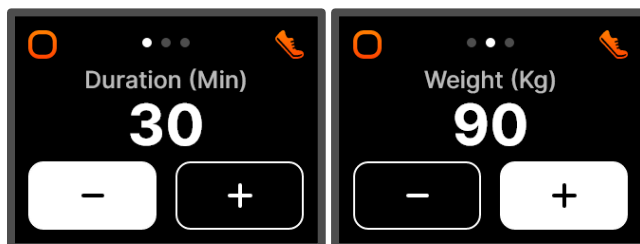
画面がモード選択画面に切り替わるので、以下の8種類のコーストレーニングモードから選択します。

「マニュアル/ローリングヒルズ/マウンテンピークス/脂肪燃焼/傾斜/筋力/インターバル/一定ワット」前のメニューに戻るには「PAUSE/STOP」を押します。

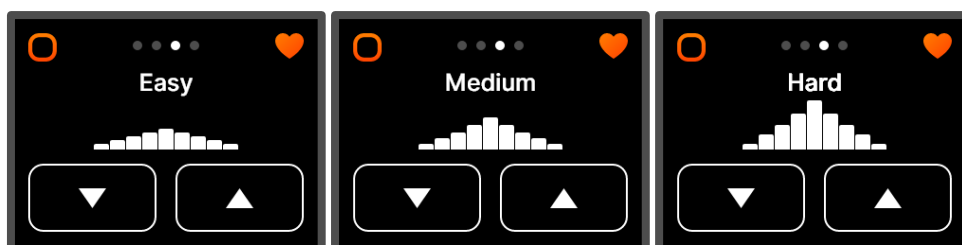


2. コーストレーニング

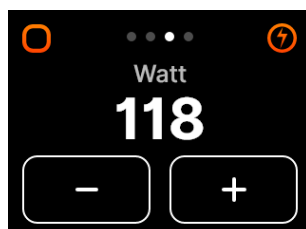
「マニュアル」モードでは、下図のようにスワイプして時間と体重を入力します。



「ローリングヒルズ／マウンテンピーク／脂肪燃焼／傾斜／筋力／インターバル」モードでは、スワイプして「持続時間」と「負荷」を設定するだけでなく、下記のように難易度レベルを「イージー／ミディアム／ハード」から設定する必要があります(例:「カーディオ」モードの場合)。デフォルトの難易度は「イージー」に設定されています。

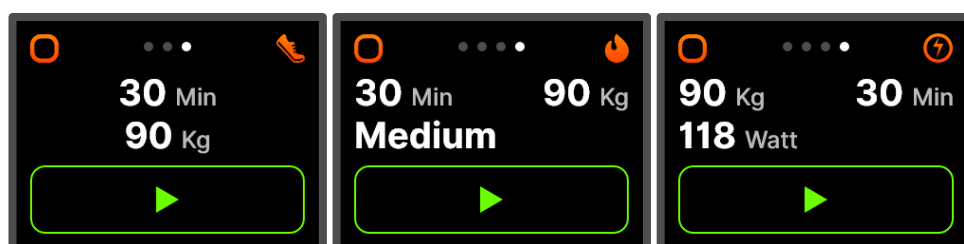


「一定ワット」モードでは、以下の通り、スワイプして持続時間と重量を設定するだけでなく、ワット数もスワイプして設定する必要があります。

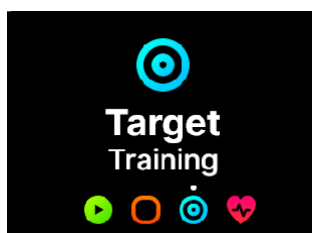


設定完了後、再度スワイプすると確認画面が表示されます。

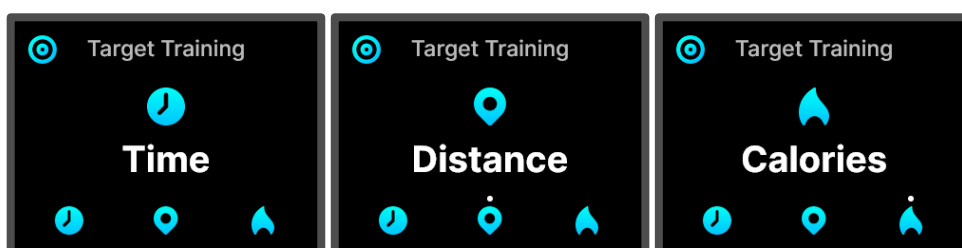
左画像は「マニュアル」モード、中央画像は「脂肪燃焼」モード、右画像は「定電力」モード「▶」を押すとプログラムを開始します。プログラム終了後は自動的に結果表示画面へ進みます。



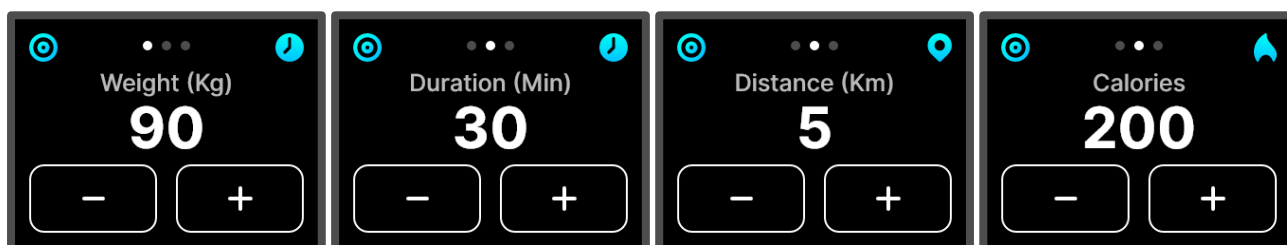
3 ターゲットトレーニング



初期画面からスワイプし、上の「ターゲットトレーニング」画面が表示されたらタッチして選択します。画面が切り替わるので、スワイプして「時間／距離／カロリー」の中から設定したい項目をタッチして選択します。前のメニューに戻るには「PAUSE/STOP」を押します。

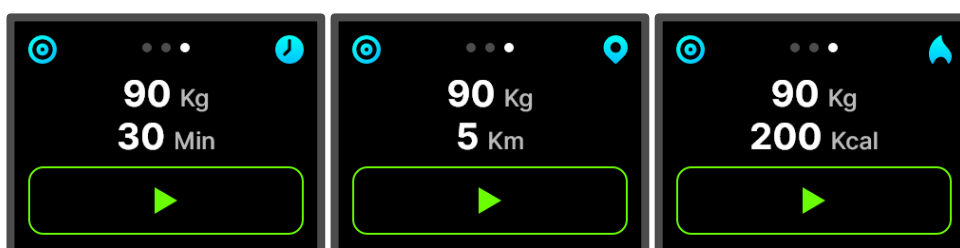


項目を選択したら体重を入力したのちに、選択した項目の目標値を入力します。入力したら画面をスワイプして次の項目に移ります。

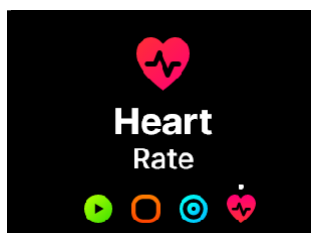


設定完了後、再度スワイプすると「時間／距離／消費カロリー」モードの確認画面が表示されます。

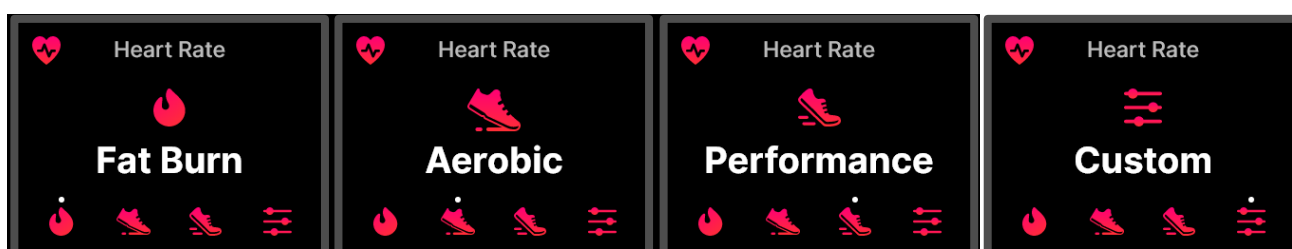
「▶」を押すとプログラムを開始します。プログラム終了後は自動的に結果表示画面へすすみます。



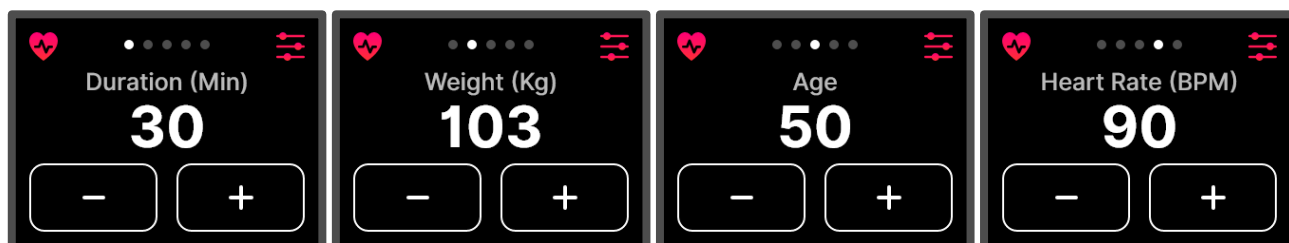
4 心拍数コントロール



初期画面からスワイプし、上の「ハートレート」画面が表示されたらタッチして選択します。画面がモード選択画面に切り替わるので、スワイプして選択します。下図左から右へ順に「脂肪燃焼／有酸素運動／パフォーマンス／カスタム」前のメニューに戻るには「PAUSE/STOP」を押します。



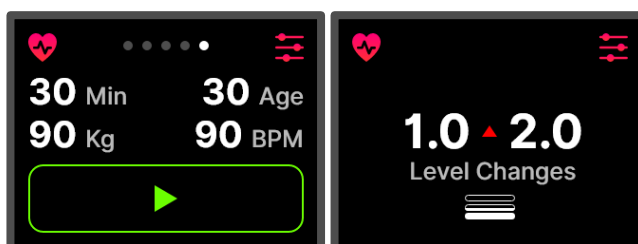
これらの4つのモードでは、スワイプして「時間」「体重」「年齢」を設定すると、対応する目標心拍数が自動的に計算され表示されます。(下記「カスタム」モードの例参照)この値は参考値として提供されており、必要に応じて調整可能です。



設定完了後、スワイプして確認画面へ移動します(下図左、画面表示例)

「▶」を押すとプログラムを開始します。ユーザーの心拍数が目標値を下回った場合、または上回った場合、プログラムは自動的に負荷を増減させ、運動の強度を調整します。(下図右は負荷増加の表示例)これにより、ユーザーの心拍数が目標値に近づくようサポートします。

プログラム終了後は自動的に結果表示画面へすすみます。



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式会社中旺ヘルスへ依頼、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。
 - ・組立及び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。
 - ・本書にお買い上げ年月日、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。
 - ・消耗品（ペダルバンド、シート、バッテリー、アダプター、グリップラバー他）
 - ・故障の原因が本製品以外に起因する場合。
 - ・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はありません。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。

※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：アップライトバイク

型式：B6-LED version2

ご芳名：

ご住所：

TEL：

お買い上げ店名：

印

ご住所：

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
E-mail：hj@jp-chuoh.com
URL：www.jp-chuoh.com

TEL：(052)501-2577
FAX：(052)501-2588

2026.2