

取扱説明書
ランニングマシン
MS291854



BTM

目次

はじめに	3
安全上のご注意	3
パーツリスト	6
組立方法	6
操作説明	8
操作/表示パネル	8
プログラム	9
支柱を下した	10
シリコンオイルの塗布	10
ベルトの調整	11
トラブルシューティング	12
保証規定	13

はじめに

このたびはランニングマシンをお買い上げいただき誠にありがとうございます。
安全に正しくお使いいただくために、ご使用前にこの取扱説明書を必ずお読みください。

誤った使い方をされますと重大な事故につながる恐れがあります。
この取扱説明書を熟読しご理解してからご使用ください。
また、各ページの警告・注意事項も飛ばさず、必ずお読みください。

お求めいただきましたランニングマシンは当社の厳重な品質管理の下に生産されています。しかし、運送中の振動などで製品に緩み等が生じる恐れがあります。ランニングマシンをお受け取りになるときに点検済みか確認してください。同時に、取扱説明書をお受け取りになり、大切に保管してください。お子様のご使用につきましては、保護者の方が必ずお読みいただきご指導ください。

⚠ 注意

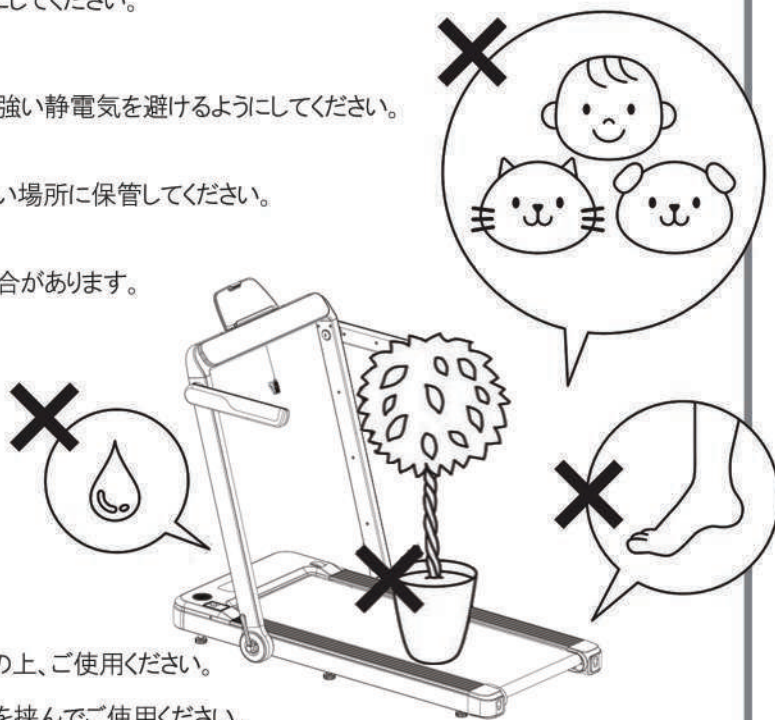
この表示を無視して誤った取り扱いをすると、ケガや損害を被る可能性があります。

製品について

- 本製品は室内用です。湿気を避け、水をかけたり、異物を置かないようにしてください。
- コンセントは他の電気機器と共有ではない専用のものをご使用ください。
- 小さなお子様やペットは本製品に近づけないようにしてください。
- 定期的なメンテナンスを行ってください。
- 室内のホコリを減らし、室内の湿度を一定に保ち、強い静電気を避けるようにしてください。
電気メーターに干渉することがあります。
- ご使用後のシリコンオイルはお子様の手の届かない場所に保管してください。
- 連続90分以上運転をしないでください。
モーターとコントローラーが損傷する原因となる場合があります。
- ご使用後は電源を切ってください。

ご使用前に

- 本製品を裸足でご使用しないようにしてください。
- ご使用前にストレッチを行ってください。
- 適切なスポーツウェアとスポーツシューズを着用の上、ご使用ください。
- 緊急時に備えて、必ず安全キーのクリップで衣服を挟んでご使用ください。



警告

この表示を無視して誤った取り扱いをすると、死亡や重傷を負う可能性があります。

製品について

- 電源コードを熱いものの近くに置かないでください。
- 本製品をご使用、または持ち出すときは人やペットが周りこいないか確認をしてください。
- 屋外でご使用しないでください。
- 本製品は1人用のトレーニングマシンです。
- 小さなお子様が本製品で遊ばないようにしてください。

ご使用前に

- ご使用前にウェアにファスナーがある場合はファスナーを締めてください。
- 本製品に巻き込まれる可能性のある衣服は着用しないでください。
- 本製品に小さなお子様を近づけないでください。
- お子様に本製品をご使用させたり、その周りで遊ばせたりしないでください。



体調について

- 運動中にめまい、胸痛、吐き気、息切れなどを感じた場合は、直ちに運動を中止して医師にご相談ください。
- 以下の治療を受けている場合は、ご使用する前にならぬ医師に相談してください。

1. 今までに足、腰、首のケガをしたことがある。
足に問題がある方(椎間板ヘルニア、脊椎すべり症、頸椎ヘルニアなどの慢性疾患のある方)
2. 慢性関節炎、リウマチ、痛風などにより体に変形がある。
3. 重度の骨粗鬆症。
4. 循環器系障害(心臓、血管、高血圧)がある。
5. 呼吸困難を伴う。
6. 人工ペースメーカーまたは埋込み型医療電子機器の使用。
7. 悪性の腫瘍がある。
8. 血栓症または重篤な動脈環境腫瘍、急性環境腫瘍およびその他の血液循環障害、あるいは様々な皮膚感染症およびその他の症状を有する。
9. 糖尿病や末梢循環障害による知覚障害。
10. 皮膚のケガ。
11. 病気などにより熱がある場合。
12. 背骨が奇形で曲がっている。
13. 妊娠中、または妊娠の可能性がある。
14. 体に異常を感じて休養しなければならない。
15. 明らかな体調不良。
16. リハビリ目的のご使用。
17. 上記以外の特定の部位で不快感を感じる。 ※ 事故や体調不良の原因になります。
18. 背中中の痛み、足のしびれ、めまい、異常な心拍がある場合など。

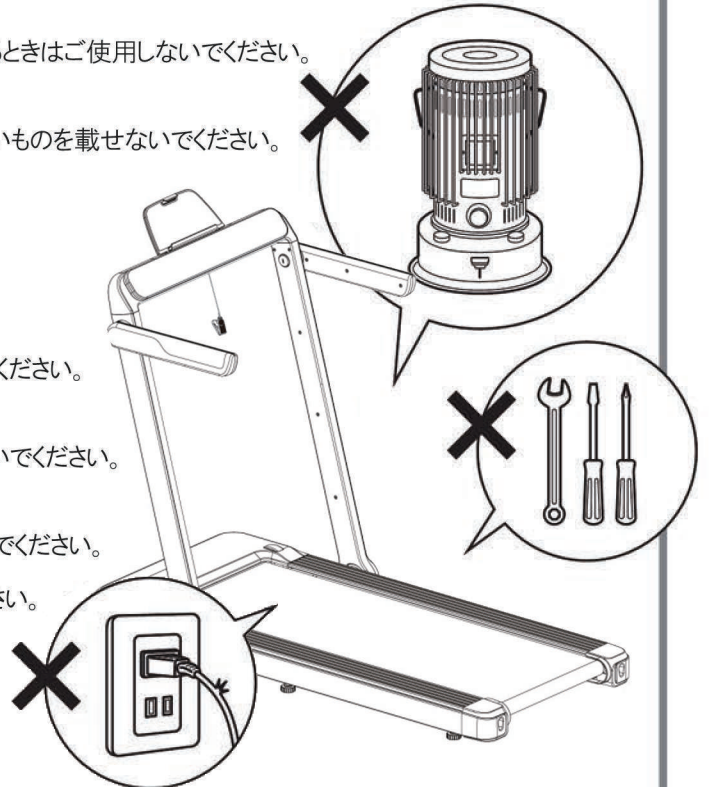


禁止

感電注意 発火注意

製品について

- シェルにヒビが入っている、外れている(内部構造が露出している)、または溶接が外れている状態でご使用しないでください。
- 屋外や浴室の近く、水滴のかかる場所など、湿気の多い場所での使用または保管はしないでください。
※ 漏電の原因になる可能性があります。
- 高温の場所や電気暖房器具などの近く、直射日光の当たる場所での使用したり保管したりしないでください。
※ 火災の原因になる可能性があります。
- 電源コードやプラグが損傷していたり、ソケットが緩んでいるときはご使用しないでください。
※ 感電、ショート、火災の原因となる可能性があります。
- 電源コードをキズつけたり、無理に曲げたり、ねじったり、重いものを載せないでください。
※ 火災や感電の原因となる可能性があります。
- 分解などはしないでください。
※ 機械的な故障によるケガの危険があります。
- 水などで濡れないようにしてください。
- 本体や操作部に水などの導電性液体をスプレーしないでください。
※ 感電や火災の原因となる場合があります。
- 本製品は家庭用です。学校、体育館などではご使用しないでください。
※ ケガをする恐れがあります。
- ご使用中は電源コードを抜いたり、スイッチを「切」にしないでください。
- 濡れた手でのご使用や電源コードを抜き差ししないでください。
※ 感電やケガをする可能性があります。

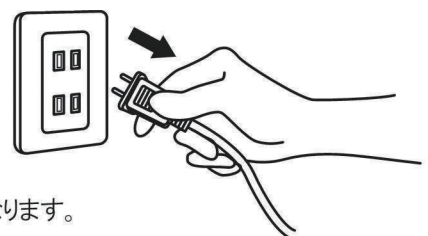


使用するときは

- ご使用中に飛び跳ねないでください。
- 二人以上で同時に使用しないでください。ご使用時は周りに人を近づけないでください。
※ 転倒による事故やケガにつながります。
- 手術などにより体が思うよう動かせない場合はご使用しないでください。
- 普段運動をしていない人は突然激しい運動をしないでください。
- 食後や疲れているときにはご使用しないでください。特に運動後や体調不良のときはご使用しないでください。
※ 健康を害する恐れがあります。
- 食事や飲酒などをしながらご使用しないでください。
- ズボンのポケットに硬いものを入れてご使用しないでください。

こんなときは…

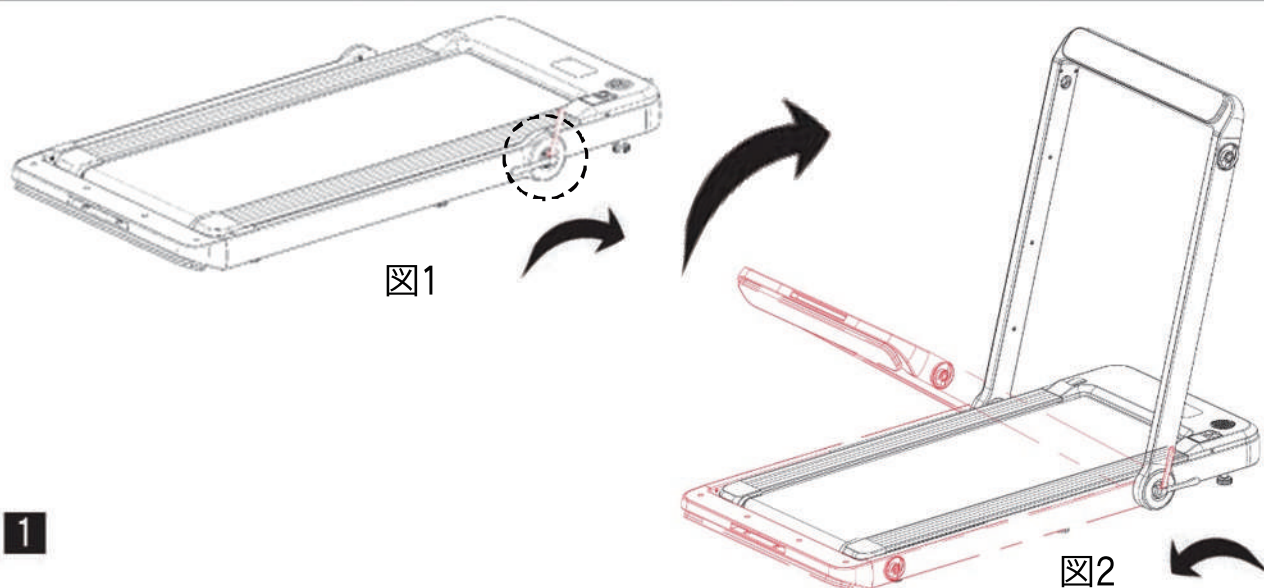
- 停電した場合は直ちに電源コードを抜いてください。 ※ 停電復旧したときに事故やケガをする可能性があります。
- メンテナンス中は必ずコンセントから電源コードを抜いてください。 ※ 感電やケガを招く恐れがあります。
- ご使用しないときはコンセントから電源コードを抜いてください。
※ ホコリや湿気は絶縁劣化を引き起こし、漏電や火災の原因となります。
- 本製品が起動しない、または異常に作動する場合は、ご使用を中止し、電源コードを抜いてください。 ※ 感電やケガを招く恐れがあります。
- 電源コードを抜くときはケーブルをきつく握らないでください。
電源プラグを持ってコードを引き抜きます。 ※ ショート、感電、火災の原因となります。



パーツリスト

番号	名称	数
01	ボルトM8*16	2
02	ソケットレンチ	1
03	5mm六角レンチ	1
04	6mm六角レンチ	1
05	ワッシャーM8A	2
06	ワッシャーM8B	2
07	ハンドルバー	2
08	スマホホルダー	1
09	リモコン	1
10	安全キー	1
11	ルームランナー本体	1

組み立て方



1 本体を水平の状態に置いてください。

図1のように、右支柱のロックレバーを時計回りに緩めます。

そして、図2のように、支柱を起こして、ロックレバーを反時計回りに締めます。

(ご注意：図2の組立は2人以上が必要です。)

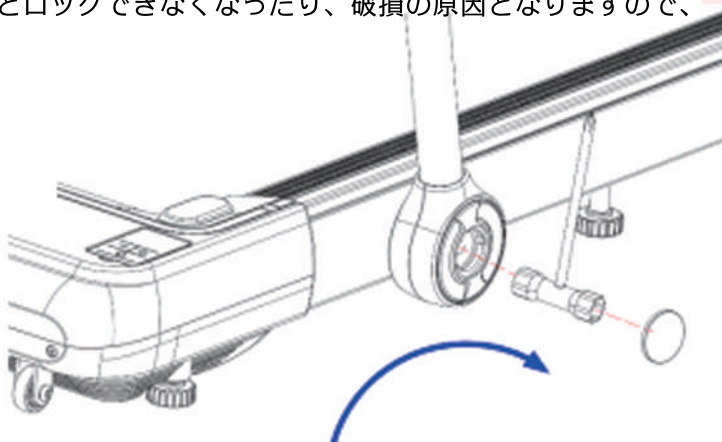
組み立て方

ロックレバーの強度調節：

本製品はロックレバーを適当な強度に調節していた状態で出荷しております。

でも、腕の力は個人的には違いますので、自分のお好みに合わせてロックレバーの強さを調節することができます。緩すぎるとロックしても、折りたたみフレームが適切に固定できなくなり、事故やケガの原因になります。また、きつすぎるとロックできなくなったり、破損の原因となりますので、堅さには十分気を付けて調節してください。

- ①左支柱の下にあるゴム栓（丸型）を外します。
- ②付属のソケットレンチを入れて奥にあるナットに合わせます。ソケットレンチの穴に付属の六角レンチを組み合わせてナットを締めたり緩めたりすることができます。
- ③調節が終わったらゴム栓で穴を塞ぎます。

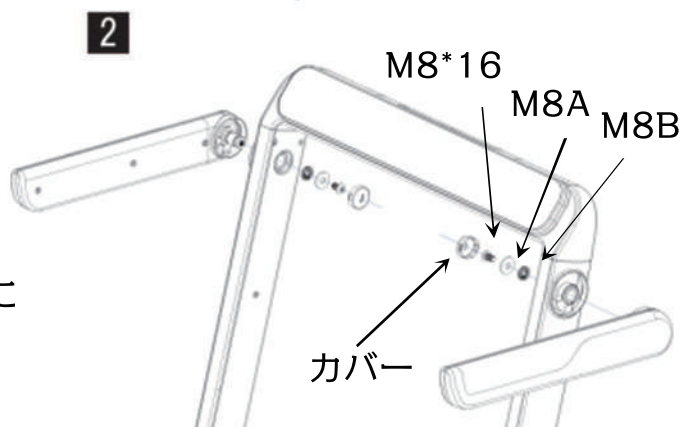


支柱にある2つのカバーを外します。

ハンドルバーを支柱の穴に乘せ、内側からボルトM8*16、ワッシャーM8A.

M8Bを通し、レンチで締付けます。

そして、先外したカバーを支柱の内側に乗せます。

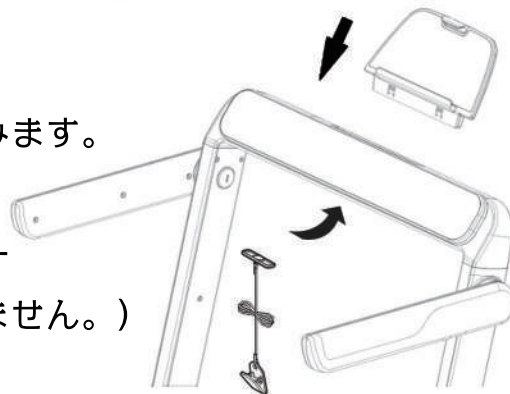


3

スマホホルダーを支柱のスロットに差し込みます。

安全キーを図のような位置に装置します。

（本製品は、安全キーマグネットが安全キーホルダーにセットされていない限り起動しません。）



ご注意：

必ず上記の要求通りに取り付けが完了したことを確認したうえで、すべてのネジをきつく締めるし、漏れがないことを確認してから電源を入れます。

本製品の底部に6つの調節マットがあり、地面の平らな状況に応じて調節することができます。すべてのマットが着地していることを確認してください。

異音とケガの原因になります。

操作説明

1.電源プラグをコンセントに差し、本体の電源を入れます。



2.本製品は、安全キーマグネットが安全キーホルダーにセットされていない限り起動しません。
転倒などにより、安全キーマグネットが外れると、すべての動作がストップする仕様となっています。

3.本体とリモコンのペアリング：本体の電源を入れ、リモコンの「開始/停止」ボタンを
長押し（7秒）すると、警告音ピッピッピが鳴るまでペアリング完了です。

4.安全キーをご使用者の上着の裾などに必ず取り付けてください。
※ご使用中に安全キーが外れると運転中のルームランナーが直ちに停止し、危険を軽減します。
ディスプレイはすべての機能を停止し、ビープ音が鳴ります。

操作/表示 パネル

スタート：スタートボタンを押すと3.2.1とカウントダウンした後0.8 km/hの速度で動きます、
その後速度ボタンにてお好みの速度に変えてください。

ストップ：ストップボタンを押すと、徐々に速度を落としていき、停止します。

緊急に止めたい場合は安全キーを外してください。

プログラム：プログラムボタンを押すと、自動プログラムに変更できます。

走行パターンの中からお好みのものをお選びいただけます。

モード：3種類のモードを設定できます。

スピード+：スピードの数値を0.1km/hで上げします。

スピード-：スピードの数値を0.1km/hで下げします。

TIME：走行時間または目標時間を表示します。（0：00-99：59）

DIS：走行距離または目標距離を表示します。（0.0-99.9）

※距離表示は目安です。実際の走行距離とは誤差が生じる可能性があります。

CAL：消費カロリーまたは目標カロリーを表示します。（000-990）

※数値は目安です。医学的根拠に基づいたものではありません。

SPEED：走行速度を表示します。（0.8-12.0）

プログラム

12種類のプログラムが設定できます。

走行パターンの中から好きなものをお選びいただけます。

①お好みの番号になるまでプログラムボタンを押し、決定後スタートボタンを押して下さい。

②基本は10分です、5:00 から99:00分まではマニュアル調整できます。

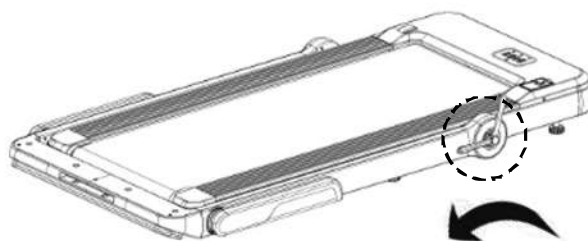
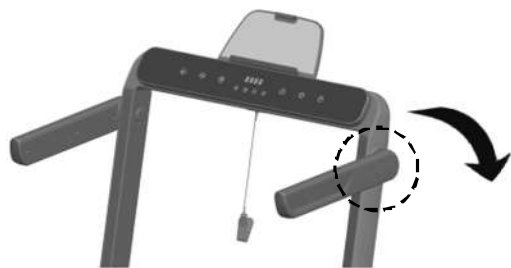
プログラムを選択して、次にモードを押します。その後、時間の設定画面に切り替わりますので、スピード(+)で時間設定をして下さい。最後にスタートを押してトレーニングが開始できます。

③途中でスピードが変更できます。

(プログラムからパターンが設定できます。また、例えば、プログラムP1で設定した場合でも、途中で速度調整が手動で出来ます。但し、10分設定で使用する場合、3分目で速度調整をしても、4分目にはプログラムP1の設定速度に戻ってしまいます。また、30分設定をした場合は、3の倍数で切り替わる為、1分目×3倍=3分間となり、プログラムP1の場合、1分毎の速度変更→3分毎の速度変更となります。)

プログラム \ 時間帯		1分目	2分目	3分目	4分目	5分目	6分目	7分目	8分目	9分目	10分目
P1	スピード (km/h)	3	3	6	5	5	4	4	4	4	3
P2		3	3	4	4	5	5	5	6	6	4
P3		2	4	6	8	7	8	6	2	3	2
P4		3	3	5	6	7	6	5	4	3	3
P5		3	6	6	6	8	7	7	5	5	4
P6		2	6	5	4	8	7	5	3	3	2
P7		2	9	9	7	7	6	5	3	2	2
P8		2	4	4	4	5	6	8	8	6	2
P9		2	4	5	5	6	5	6	3	3	2
P10		2	5	7	5	8	6	5	2	4	3
P11		2	5	6	7	8	9	10	5	3	2
P12		2	3	5	6	8	6	9	6	5	3

支柱を下した



図のように、ハンドルを時計回りに緩めます。

支柱のロックレバーを時計回りに緩めます。

そして、支柱を下した、ロックレバーを反時計回りに締めます。

※支柱を下した状態に時速1~6km/h。

※リモコンは支柱を下した状態しか使えません。

シリコンオイルの塗布

シリコンオイルの塗布について

● シリコンオイルは定期的に塗布してください。

※ 定期的にシリコンオイルを塗布することで、より長くご使用いただけるようになります。

※ シリコンオイル、シリコンスプレーはお近くのホームセンターなどで市販されています。

※ 必ず電源スイッチを切り、電源コードをコンセントから抜いてから行ってください。

※ 1回の塗布の目安は20ml程度です。塗布しすぎないでください。

使用頻度	塗布の目安
週に1時間以下	6ヶ月毎に1回
週に3時間未満	3ヶ月毎に1回
週3~6時間	2ヶ月毎に1回
週6時間以上	1ヶ月毎に1回

確認方法

● ランニングベルトを持ち上げ、できる限り中央に手を入れて確かめます。

※ オイルがついた場合は、シリコンオイルを塗布する必要はありません。

※ オイルがつかない場合は、シリコンオイルを塗布する必要があります。



ベルトの下へ手を入れて確かめる

注油方法

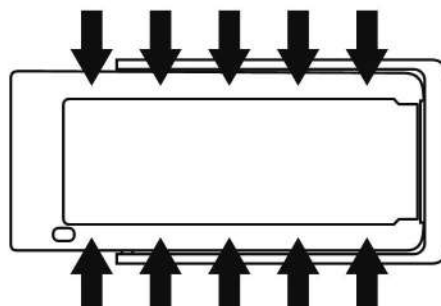
1. ランニングベルトを持ち上げ、左右両側から全体的に(中央部分にも)オイルをプッシュします。

2. 電源を入れ、時速1km程度のスピードでランニングベルトを回します。

数分後、オイルはランニングベルトに完全に吸収されます。



ベルトの下にオイルを入れてプッシュする



オイルは両側から複数箇所差してください。

ランニングベルトの調整

ランニングベルトの張り具合の調整

- ルームランナーの設置後及びランニングベルトが緩んだ場合、張り具合を調節してください。

※ ランニングベルトは緩くてもきつすぎてもよくありません。

※ 場合によっては、モーターの負荷を増やし、ランニングベルトやローラーなどの損傷につながります。

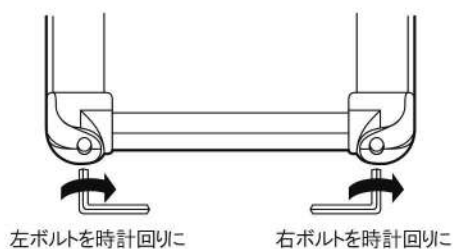
※ 一定期間使用すると、ランニングベルトが緩むことがあります。

- ベルトの張り具合を調整する場合は、本体を止めた状態で行います。

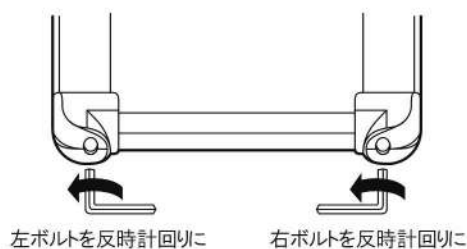
※ 調整後、時速1km程度で動かして張り具合を確かめてください。

※ ベルトの位置が左右どちらかにズれている場合は、下記「位置ズレの調整」を参考に調整してください。

張る場合



緩める場合



ランニングベルトの位置ズレの調整

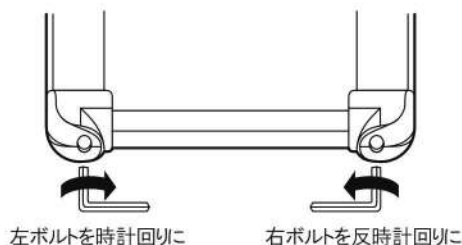
- ルームランナーは設置後にランニングベルトの締め具合を調整する必要がありますが、次の理由によりランニングベルトがズれることがあります。

- ① 本体が正常に配置されていない場合。
- ② ご使用者がランニングベルトの中央で使用されていない場合。
- ③ ご使用時に強く踏むなど、衝撃を与えた場合。

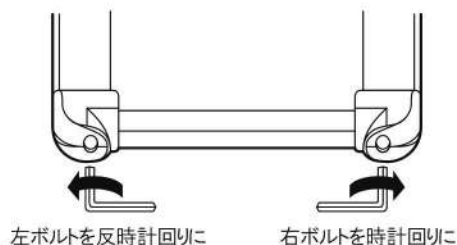
- ズレが人為的なものである場合、無負荷回転の数分後に正常に戻ります。
正常に戻らない場合は、ベルト調整用の6mm六角レンチで調整する必要があります。

- ズレを調整する場合は、時速1km程度のゆっくりなスピードで行ってください。
(ベルトのスピードが早いと、すぐに反映されるので調整がむずかしくなります)

左にズれている場合



右にズれている場合



※ ボルトは少し回してベルトが1周するのを待ち、ズレが調整されたか確認してから、まだ足りないようでしたら再びボルトを少し回してください。それを繰り返して調整します。

- ランニングベルトのズレは保証の範囲外です。取扱説明書に従って、ご調整ください。
- ズレを放置しておくとランニングベルトに重大な損傷を与える可能性があるため、気づいたら調整してください。

トラブルシューティング

● こんなときは…

症 状	考えられる原因	メンテナンス方法
ルームランナーが動かない	電源コードがきちんと接続されていない	電源コード奥までしっかり差し込む
	電源が入っていない	電源スイッチをオンにする
	安全ロックドロップ	安全キーを正しい位置に取り付ける
	本体とリモコンのリンク切れ	本体とリモコンのペアリングを行う
ランニングベルトがスムーズに動かない	不十分な潤滑	シリコンオイルを塗布する
	ベルトがきつすぎる	ベルトの締め付けを調整する
ランニングベルトがすべった	ベルトが緩すぎる	ベルトの締め付けを調整する
	ベルトがきつすぎる	ベルトの締め付けを調整する

● 主なエラーコード

エラーコード	考えられる原因	メンテナンス方法
E 1	本体内部の接線エラー	お手数をおかけいたしますが、当店までご連絡ください
E 2	衝撃による電機故障	
E 5	過負荷保護	
E 6	電圧異常	
E 7	安全ロックドロップ	安全キーを正しい位置に取り付ける
異常な表示	外乱（外部から妨害となる信号が出ている）	電源スイッチをオフにし、1分後にオンにする

保証規定

1. 製品保証はお届け日から1年です。保証期間内において、取扱説明書に従った正常な使用により万一故障等が発生した場合は、無償で修理いたしますので当社カスタマーサービスへご連絡ください。ただし、以下の項目またはこれに準ずる理由により生じた事故等については本保証は適用されません。
 - a. 取扱説明書以外の誤操作、取扱上の不注意。
 - b. 天災、火災、地変等による故障。
 - c. 砂、泥、水かぶり等が原因で発生した故障。
 - d. お買い上げ後の転居等による輸送、移動、落下等。
 - e. 保管上の不備。
 - f. 当社指定のサービスマン以外が行った修理・改造による故障。
 - g. 本製品本来の使用目的以外の使用。
 - h. 注意を怠った結果に起きたもの。
 - i. 本保証書の添付がない場合。
2. 保証の適用されない故障、および保証期限が切れた後の故障につきましては、有償で修理します。
3. 不特定多数の人の利用は、保証を受けられない場合がありますので、あらかじめご了承ください。
4. 本製品によって床面の擦り傷や汚れなどは保証適用外となります。
5. 消耗品につきましては、初期不良以外はすべて有償となります。
6. 配送状態などでの不具合等が発生する場合がございます。
7. 初期不良の可能性もございますので、商品到着後は外箱及び梱包材は保管して下さい。
8. 梱包材がない場合は返品等受けられない場合がございます。

初期不良対応は1週間です

その間、対応できるように梱包材は保管して下さい。