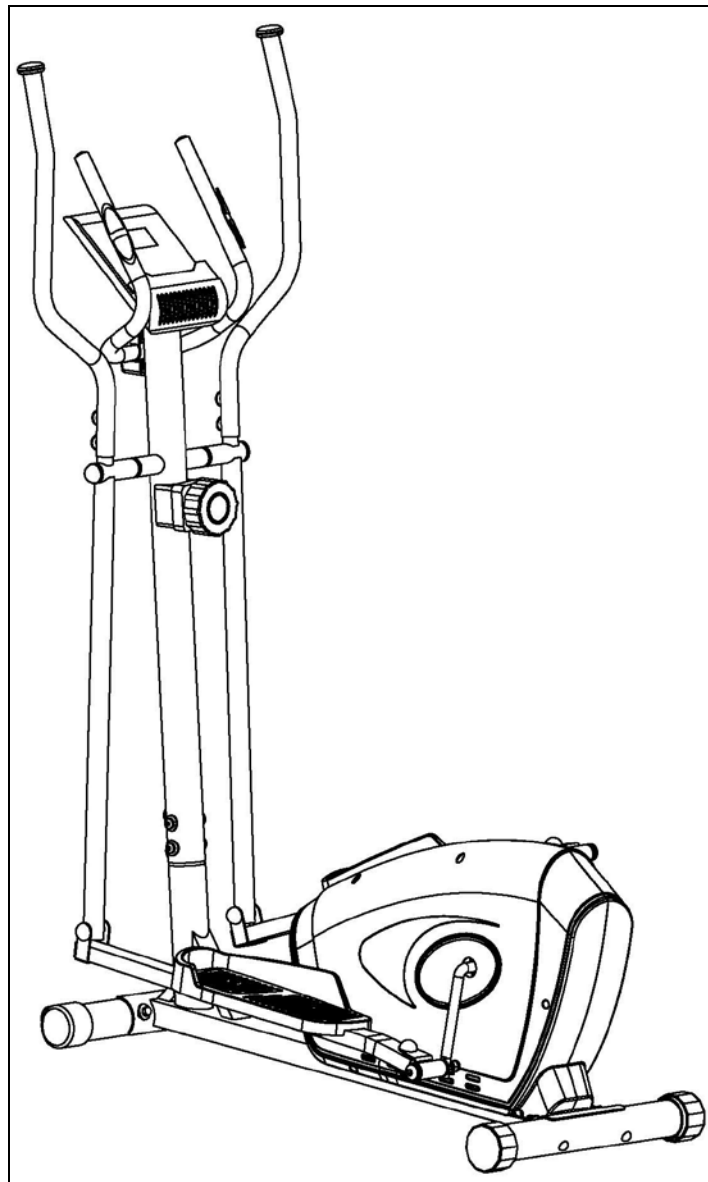




マグネティックエリプティカルトレーナー SF-E3607 ユーザーマニュアル



重要事項! 取扱説明書を保管して、メンテナンスや調整方法についてご確認ください。弊社にとって、お客様の満足が非常に重要です。お手数ですが、ご連絡をいただくまで返品はご容赦ください: support@sunnyhealthfitness.com または 1- 877 - 90SUNNY (877-907-8669).



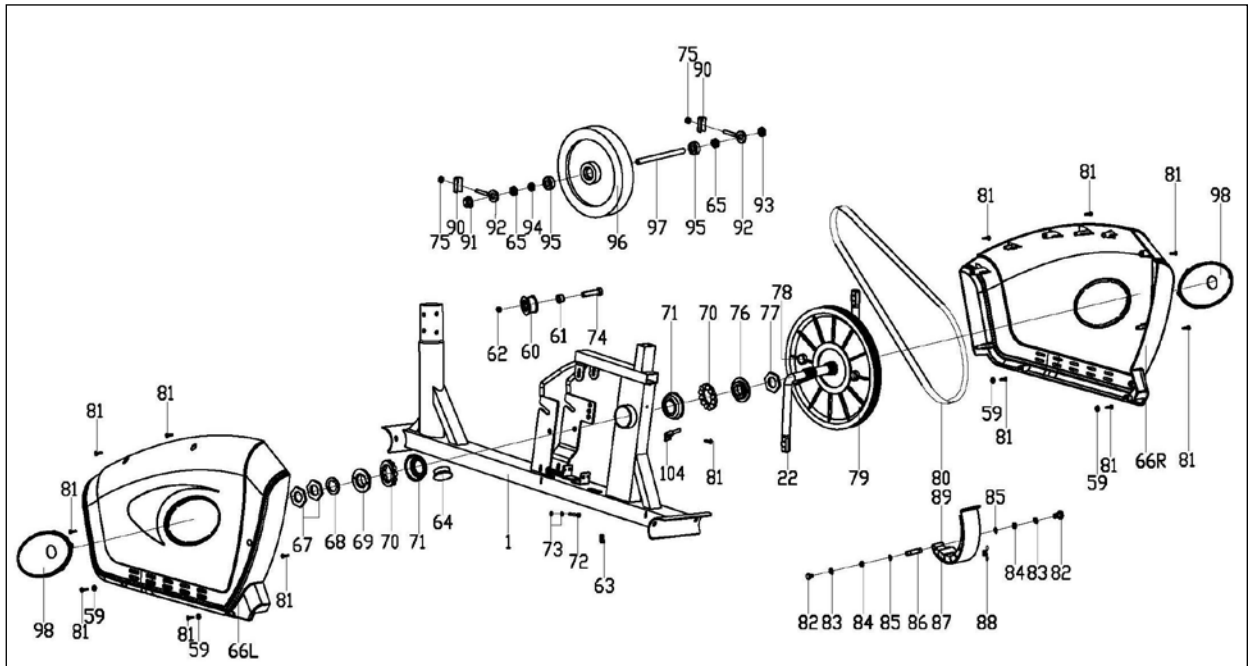
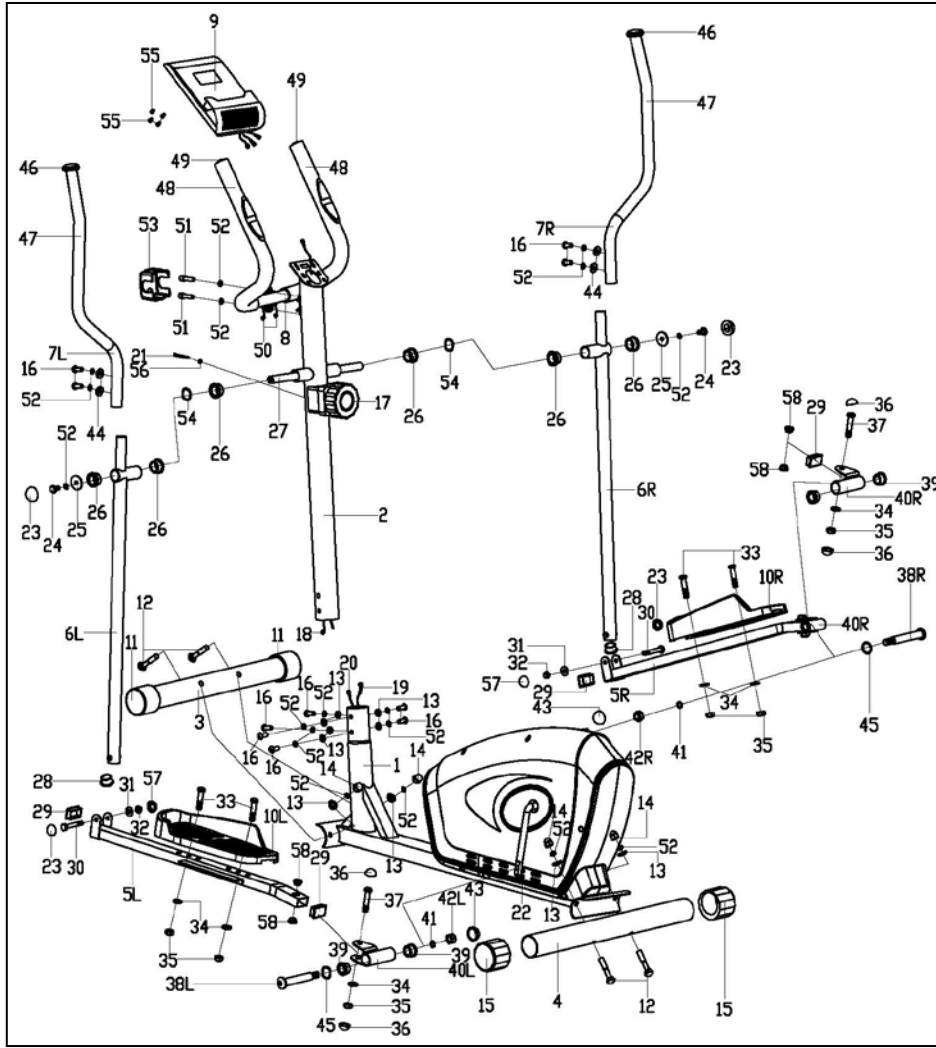
WWW.SUNNYHEALTHFITNESS.COM

安全上の重要な注意事項

この度は、弊社製品をお選びいただき、誠にありがとうございます。お客様の安全と健康を守るために、当機器を正しくご使用ください。機器の組み立てやご使用前に、このマニュアルをすべて読むことが重要です。機器を正しく組み立て、メンテナンスを行うことにより、安全で効果的に利用することができます。当機器を使用されるすべての方に、すべての警告と注意事項を確実にお伝えすることがお客様の責務です。

1. エクササイズプログラムを開始する前に、健康や安全を脅かしたり、機器を適切に使用できないような医学的、身体的条件があるかどうかを医師にご相談ください。また、心拍数や血圧、コレステロール値に影響を与える薬を服用している場合は、医師のアドバイスが必要です。
2. ご自身の体からのシグナルにご注意ください。誤った運動や過度の運動は、健康を損なう恐れがあります。次の症状のいずれかが発生した場合は、運動を中止してください：痛み、胸の圧迫感、不整脈、息切れ、立ちくらみ、めまい、または吐き気。これらの状態のいずれかが発生した場合は、運動プログラムを続行する前に医師に相談する必要があります。これらの症状が出た場合は、エクササイズプログラムを継続する前に医師にご相談ください。
3. お子様やペットを機器に近づけないでください。当機器は成人専用設計されています。
4. 床またはカーペット用の保護カバーを備えた、しっかりした平らな面で当機器をご使用ください。安全を確保するために、機器の周囲には少なくとも 2 フィート（60 センチメートル）の空きスペースが必要です。
5. 当機器を使用する前に、すべてのナットとボルトがしっかりと締め付けられていることを確認してください。機器の安全性は、損傷や消耗を定期的に検査することによって維持できます。
6. 必ず指定された通りにご使用ください。組み立て中や点検中に不良箇所が見つかった場合や、エクササイズ中に機器からの異音がある場合は、直ちに使用を中止し、問題が解決するまで使用しないでください。
7. 機器の使用時には、適切な衣服をご着用ください。機器に巻き込まれる可能性のあるゆったりとした衣服の着用はお避けください。
8. 機器の可動部分に指や物を入れないでください。
9. 当機器の最大耐荷重は 220 ポンド（100 キログラム）です。
10. 当機器は、治療目的での使用には適していません。
11. ケガや製品または所有物への損傷を避けるために、適切に移動させてください。
12. 当機器は、涼しく乾燥した状態での使用を意図しています。極端に寒い場所、暑い場所、または湿気の多い場所での保管は、腐食などの原因になりますので、お避けください。
13. 当機器は、屋内および家庭での使用のみを目的として設計されており、商用利用を目的としたものではありません。

分解图



パーツリスト

No.	説明	仕様	数量
1	メインフレーム		1
2	ハンドルバーポスト		1
3	前側スタビライザー		1
4	後側スタビライザー		1
5L/R	ペダルサポート		1 pr.
6L/R	スイングチューブ		1 pr.
7L/R	ハンドルバー		1 pr.
8	ハンドルバー		1
9	コンピュータ		1
10L/R	ペダル		1 pr.
11	前側エンドキャップ		2
12	丸頭ボルト	M8x76	4
13	アークワッシャー	Φ20xΦ8.5xR30	10
14	ドングリナット	M8	4
15	後側エンドキャップ		2
16	内側六角ボルト	M8x16	10
17	張力コントローラ		1
18	延長ワイヤ		1
19	張力ケーブル		1
20	センサーワイヤ		1
21	十字小ネジ	M5x55	1
22	クランク		1
23	キャップ	S14	4
24	六角ボルト	M8x20	2
25	フラットワッシャー	Φ8.2xΦ32x2	2
26	ブッシング	Φ32x2.5	6
27	シャフト		1
28	ラウンドキャップ	Φ32x1.5	2
29	四角キャップ	□40x25x1.5	4
30	六角ボルト	M8x55	2
31	フラットワッシャー	d8x1.5	2
32	ナイロンナット	M8	2
33	六角ボルト	M10x45	4
34	フラットワッシャー	d10x1.5	6
35	ナイロンナット	M10	6
36	キャップ	S17	4
37	六角ボルト	M10x50	2
38L/R	ヒンジボルト	Φ16x69.5	1 pr.
39	ブッシング	Φ24x20xΦ16.1	4
40L/R	接続ジョイント		1 pr.
41	スプリングワッシャ	Φ13xB2	2
42L/R	ナイロンナット	B0.5x20	1 pr.
43	キャップ	S19	2
44	アークワッシャー	Φ20xd8.5xR12.5	4
45	波形ワッシャー	D17x0.3	2
46	エンドキャップ		2
47	ハンドルバーグリップ		2
48	フォームグリップ		2

No.	説明	仕様	数量
49	ラウンドキャップ	Φ25x1.5	2
50	パルスワイヤ		2
51	内側六角ボルト	M8x30	2
52	スプリングワッシャー	D8	18
53	クランプカバー		1
54	波形ワッシャー	Φ20xΦ28x0.3	2
55	十字小ネジ	M4x12	4
56	アークワッシャー		1
57	キャップ	S13	2
58	ブッシング	Φ14x10xΦ10.1	4
59	フラットワッシャー	D5x1	4
60	アイドラ		1
61	スペーサー		1
62	ナイロンナット	M10	1
63	スプリング		1
64	ラウンドキャップ		1
65	円錐薄肉ナット	M10x1	2
66L/R	ベルトカバー		1 pr.
67	ナット		2
68	ワッシャー		1
69	2スロットナット		1
70	ボールベアリング		2
71	中央ボウル		2
72	六角ボルト		1
73	六角ネジ	M5	2
74	六角ボルト	M10x40	1
75	六角ネジ	M6	2
76	3スロットナット		1
77	ワッシャー 大		1
78	ラウンドマグネット		1
79	ベルト車		1
80	ベルト		1
81	十字なべ小ネジ	ST4.2x18	13
82	六角ボルト		2
83	スプリングワッシャー		2
84	ワッシャー		2
85	車軸スプリングワッシャ		2
86	マグネットボード軸		1
87	スクエアマグネット		8
88	スプリング		1
89	マグネットボード		1
90	調整式ベルト Uマット		2
91	フランジナット	M10x1	1
92	調整式ベルトボルト		2
93	六角薄肉ナット	M10x1	1
94	円錐スペーサー		1
95	ベアリング	6000Z	2
96	フライホイール		1

97	フライホイール車軸		1
98	クランクカバー		2
99	スパナ	S=10,13,14,15,17	1
100	レンチ	S=6	1

101	レンチ	S=8	1
102	スパナ	S=17,19	1
103	スパナ	S=13,14	1
104	センサーブラケット		1




















交換部品のご注文（アメリカおよびカナダのお客様のみ）

部品を正確に特定するために、以下の情報をお知らせください。

- ✓ モデル番号（マニュアルの表紙に記載）
- ✓ 製品名（マニュアルの表紙に記載）
- ✓ 「分解図」および「パーツリスト」（マニュアルの最初の方に記載）に記載されている部品番号

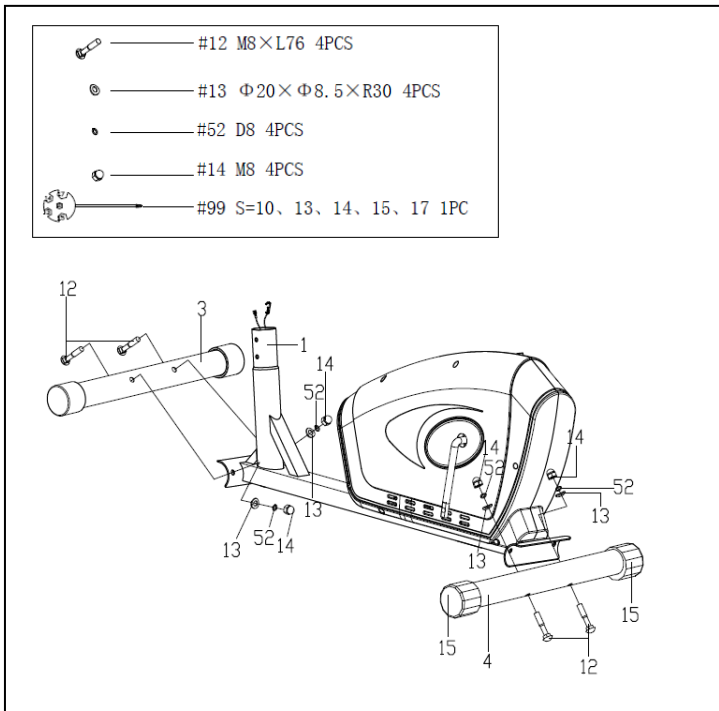
support@sunnyhealthfitness.com または 1- 877 - 90SUNNY (877-907-8669) までお問い合わせください。

梱包されている金具類

	#12 M8x76 4PCS		#13 Φ20×Φ8.5×R30 4PCS
	#52 D8 4PCS		#14 M8 4PCS
	#33 M10x45 4PCS		#34 d10x1.5 4PCS
	#35 M10 4PCS		#30 M8x55 2PCS
	#31 d8x1.5 2PCS		#32 M8 2PCS
	#38 Φ16x69.5 2PCS		#41 Φ13×B2 2PCS
	#42 B0.5*20 2PCS		#45 D17x0.3 2PCS
	#99 S=10,13,14,15,17 1PC		#100 S=6 1PC
	#101 S=8 1PC		#102 S=17,19 1PC
	#103 S=13,14 1PC		

組み立て方法

弊社では、Sunny ヘルス&フィットネス製品を使用するお客様を大切にしています。パーツ、トラブルに関しては support@sunnyhealthfitness.com または 1-877-90SUNNY (877-907-8669) までお問い合わせください。



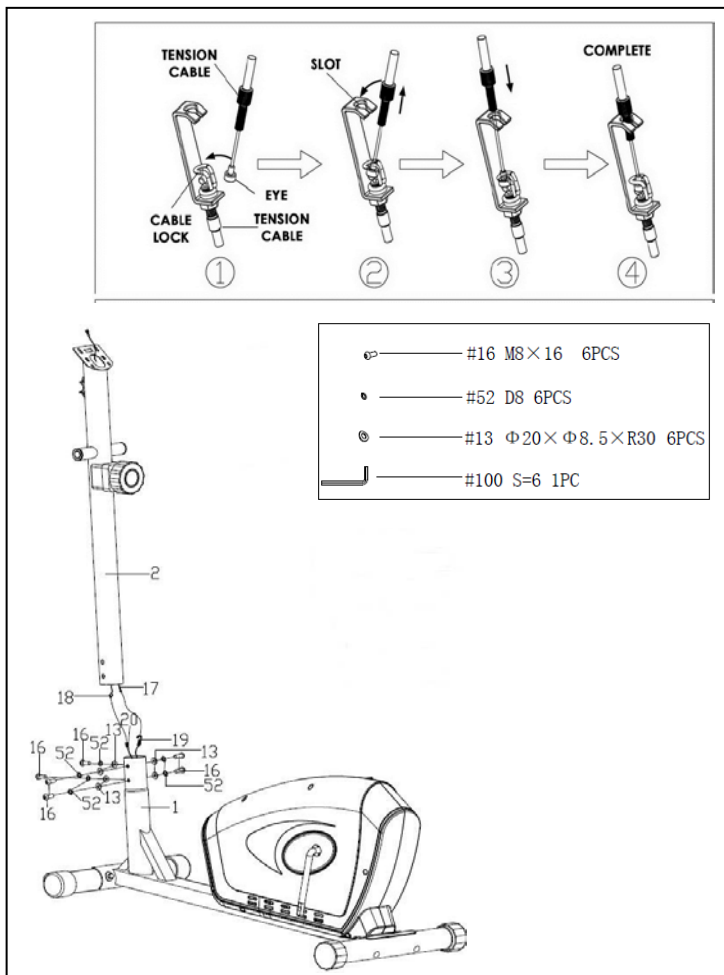
ステップ 1:

丸頭ボルト (No. 12) 4 本、スプリングワッシャー (No. 52) 4 個、アークワッシャー (No. 13) 4 個、ドングリナット (No. 14) 4 個を使って、前後のスタビライザー (No. 3、4) をメインフレーム (No. 1) に取り付けます。スパナ (No. 99) で締め付けて固定します。

ステップ 2:

張力コントローラー (No. 17) がレベル 8 (最も高い抵抗) であることを確認して、ケーブルが最も長い状態になっていることを確認します。図 A のように、延長ワイヤ (No. 18) をセンサーワイヤ (No. 20) に接続し、次に張力コントローラー (No. 17) のケーブルを張力ケーブル (No. 19) のフックに接続します。

1. 上部の張力ケーブルのアイをケーブルロックに挿入します。
2. 張力ケーブルを引っ張り、金属製ブラケットの上部の隙間にケーブルを差し込みます。
3. 張力ケーブルを下げて、金属製ブラケットに固定します。



組み立て済みの内側六角ボルト 6 本 (No. 16)、スプリングワッシャー 6 本 (No. 52)、アークワッシャー 6 本 (No. 13) をメインフレーム (No. 1) から取り外し、次に、ハンドルバーポスト (No. 2) をメインフレーム (No. 1) に、6 本の内側六角ボルト (No. 16)、6 本のスプリングワッシャー (No. 52)、6 本のアークワッシャー (No. 13) を取り外して取り付けます。レンチ (No. 100) で締めて固定します。

備考: この時点では、まだボルトを完全に締めないでください。

弊社では、Sunny ヘルス&フィットネス製品を使用するお客様を大切にしています。パーツ、トラブルに関しては support@sunnyhealthfitness.com または 1-877-90SUNNY (877-907-8669) までお問い合わせください。

ステップ 3:

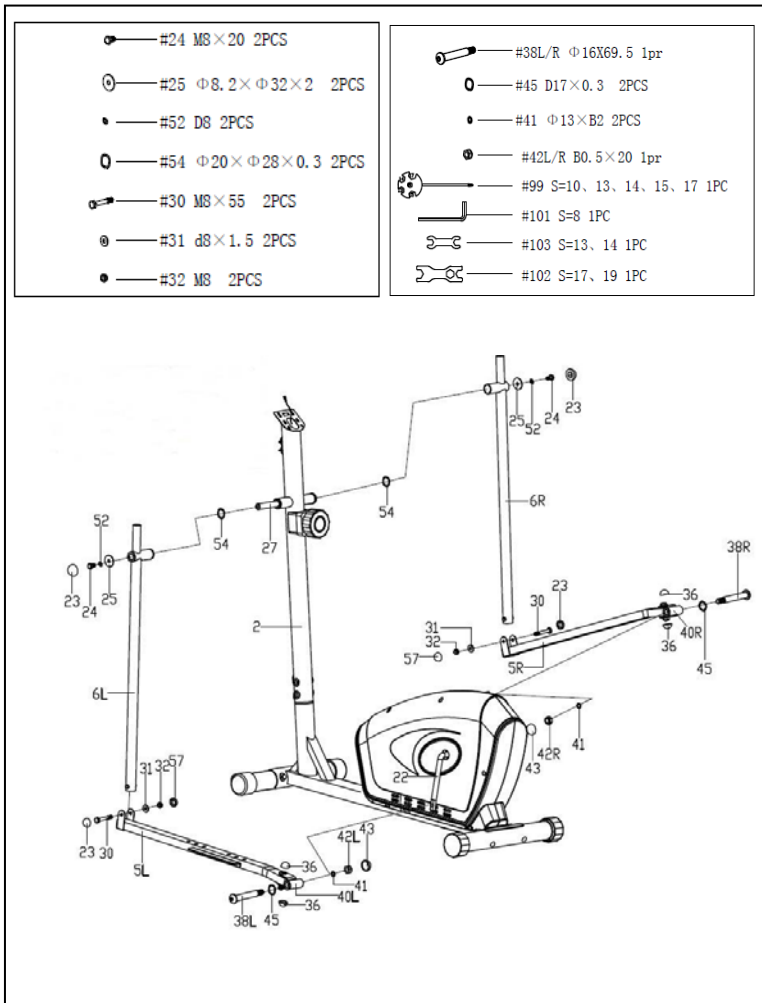
組み立て済みの六角ボルト (No. 24) 2本、スプリングワッシャー (No. 52) 2個、フラットワッシャー (No. 25) 2個、波形ワッシャー (No. 54) 2個をシャフト (No. 27) から取り外します。

シャフト (No.27) をハンドルポスト (No.2) に差し込み、波形ワッシャー (No.54) を入れて、シャフト (No.27) の左側に左スイングチューブ (No.6L) を取り付けます。次に、取り外したフラットワッシャー (No.25)、スプリングワッシャー (No.52)、六角ボルト (No.24) をシャフト (No.27) に取り付けて、もう片方の端を固定します。スパナ (No.99) とスパナ (No.103) で締め付けて固定します。

備考: この時点では、まだボルトを完全に締めないでください。

注意事項:

ヒンジボルト (No. 38) にはLまたはRの表示があります。左ナイロンナット (No. 42L) は内側が黒、右ナイロンナット (No. 42R) は内側が白です。



左ペダルサポート (No.5L) を、左ヒンジボルト (No.38L)、波形ワッシャー (No.45)、スプリングワッシャー (No.41)、左ナイロンナット (No.42L) を使って左クランク (No.22) に取り付けます。レンチ (No.101) とスパナ (No.102) で締め付けて固定します。なお、左ヒンジボルト (No. 38L) を反時計回りに回して締め、左ナイロンナット (No. 42L) を時計回りに回して、接続ジョイント (No. 40L) のネジ部にねじ込む必要があります。

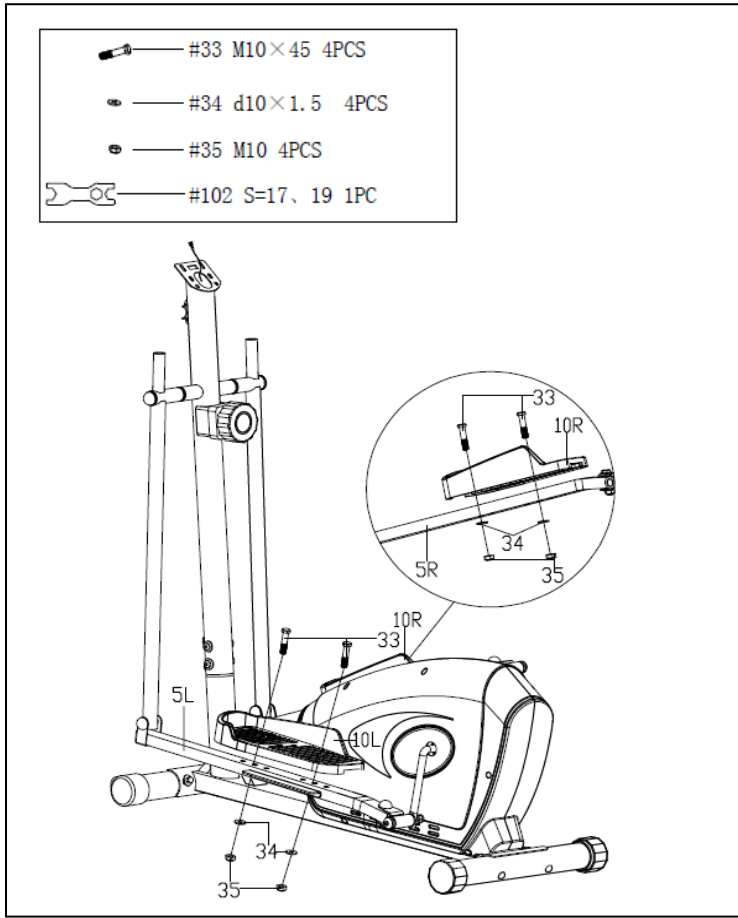
備考: この時点では、まだボルトを完全に締めないでください。

左スイングチューブ (No.6L) を六角ボルト (No.30)、フラットワッシャー (No.31)、ナイロンナット (No.32) とスパナ (No.99) およびスパナ (No.103) で左ペダルサポート (No.5L) に取り付けます。スパナ (No.99) とスパナ (No.103) を使用して六角ボルト (No.24)、六角ボルト (No.30)、左ナイロンナット (No.42L) を締め、キャップ (No.23、57、43、36) でボルトをカバーします。

上記の手順で右側も組み立てますが、右ヒンジボルト (No. 38R) を時計回りに、右ナイロンナット (No. 42R) を反時計回りに接続ジョイント (No.40R) のネジ部にねじ込んでください。

レンチ (No. 100) を使用して、ステップ 2 のハンドルバーポスト (No. 2) のすべての内側六角ボルト (No. 16) を締め付けます。

弊社では、Sunny ヘルス&フィットネス製品を使用するお客様を大切にしています。パーツ、トラブルに関しては support@sunnyhealthfitness.com または 1-877-90SUNNY (877-907-8669) までお問い合わせください。



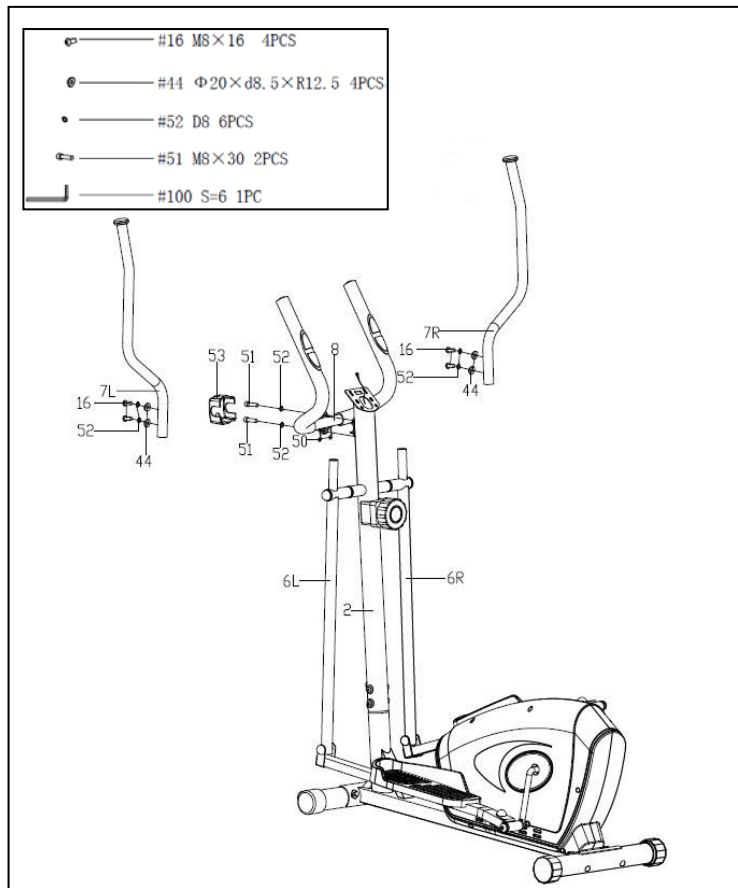
ステップ4:

ペダル (10L/R) 2個をペダルサポート (No. 5L/R) 2個に、スパナ (No. 10) を使って、六角ボルト (No. 33) 4本、フラットワッシャー (No. 34) 4個、ナイロンナット (No. 35) 4個で取り付けます。

備考: ペダルサポート (No. 5L/R) には、ペダル (No. 10R/L) を取り付ける位置が、1、2、3 の3箇所あります。ペダルの位置は、ご自身のお好きな位置に合わせて調整してください。左右のペダル (No. 10L/R) が同じ番号の位置にあることをご確認ください。

ステップ5:

パルスワイヤ (No. 50) をハンドルバーポスト (No. 2) の穴に通して、ハンドルバーポスト (No. 2) 上部のコンピュータブラケットの穴から引き出します。

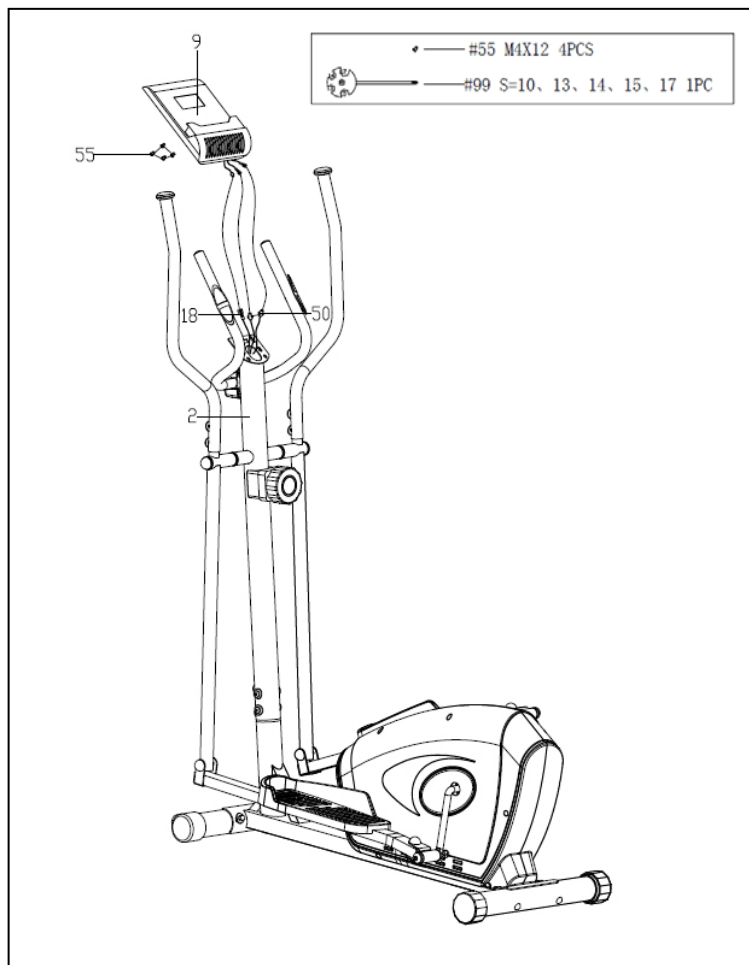


最初に、組み立て済みの2つの内側六角ボルト (No. 51) と2つのスプリングワッシャー (No. 52) をハンドルバー (No. 8) から取り外します。

レンチ (No. 100) を使用して取り外した2つの内側六角ボルト (No. 51) と2つのスプリングワッシャー (No. 52) を使用して、ハンドルバー (No. 8) をハンドルバーポスト (No. 2) に取り付けます。最後に、クランプカバー (No. 53) を装着します。

組立済みの内側六角ボルト (No. 16) 4本、スプリングワッシャー (No. 52) 4個、アークワッシャー (No. 44) 4個をスイングチューブ (No. 6L/R) から取り外します。2本のハンドルバー (No. 7L/R) を対応するスイングチューブ (No. 6L/R) に取り付け、レンチ (No. 100) を使って内側六角ボルト (No. 16) 4本、スプリングワッシャー (No. 52) 4本、アークワッシャー (No. 44) 4本で固定します。

弊社では、Sunny ヘルス&フィットネス製品を使用するお客様を大切にしています。パーツ、トラブルに関しては support@sunnyhealthfitness.com または 1-877-90SUNNY (877-907-8669) までお問い合わせください。



ステップ 6:

コンピュータ (No. 9) の背面にあらかじめ取り付けられている十字小ネジ (No. 55) 4 本を取り外します。延長ワイヤ (No. 18) とパルスワイヤ (No. 50) 2 本を、コンピュータ (No. 9) の該当するワイヤに接続します。スパナ (No. 99) を使用して、ハンドルバーポスト (No. 2) のコンピュータブラケットに十字小ネジ (No. 55) 4 本でコンピュータ (No. 9) を取り付けます。

ここで、これまでの手順で取り付けたいすべてのボルトやネジを完全に締め付けてください。

これで組み立ては完了です!

調整および利用ガイド

- レベル 1 からレベル 8 の張力に差がない場合は、張力ケーブルの接続をご確認ください。下図をご参照ください。

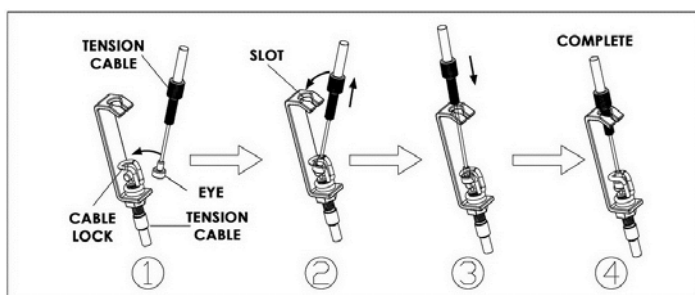
張力ケーブル

アイ

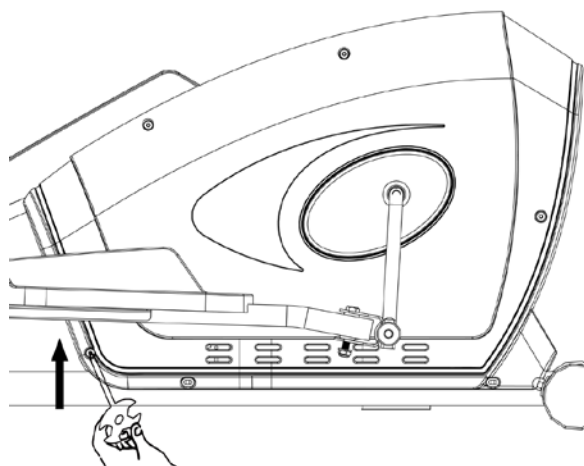
ケーブルロック

スロット

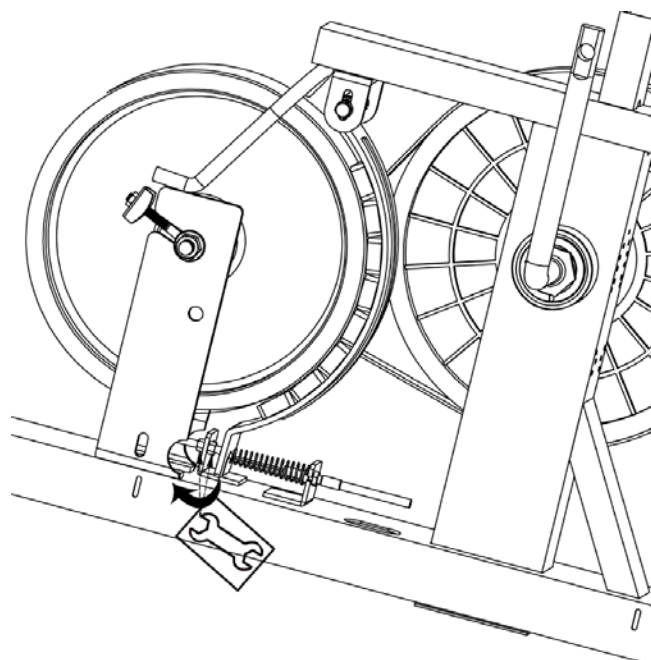
完成



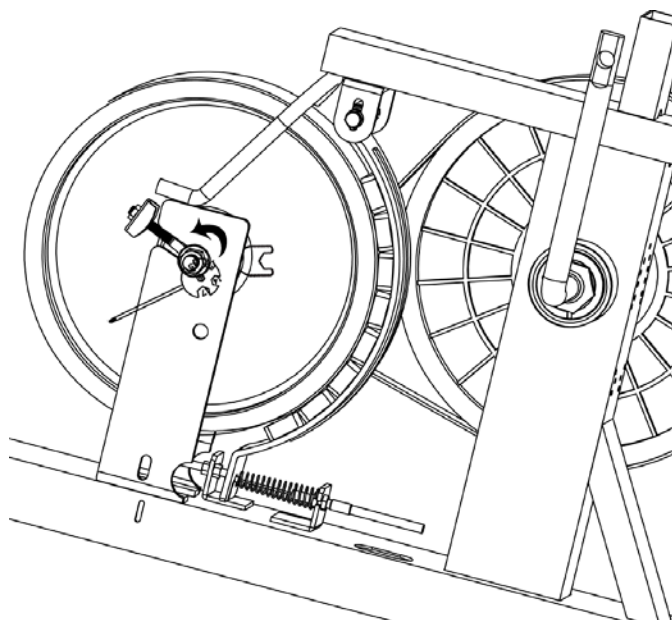
- コンピュータに数値が正しく表示されない場合は、電池をご確認ください。コンピュータが速度と時間をカウントしない場合は、コンピュータ (No. 9) への延長ワイヤー (No. 18) とセンサーワイヤ (No. 20) への延長ワイヤ (No. 18) の接続をご確認ください。
- ヒンジボルト (No. 38L / R) をクランク (No. 22) に入れるのが難しい場合は、クランク (No. 22) の角度を変えてみてください。左ヒンジボルト (No. 38L) は逆ネジになっていますので、反時計回りに回して取り付けてください。
- 使用中に異音がある場合は、ヒンジボルト (No. 38L/R)、六角ボルト (No. 30)、六角ボルト (No. 24)、接続ジョイント (No. 40) が緩んでいないかご確認ください。これらの部品を取り外し、潤滑油を加えることで異音の発生を防ぐことができますが、すべてのパーツをしっかりと締め付けることを忘れないでください。
- 初めてお使いになる時に、ベルトカバー (No. 66L/R) の内側から異音がある場合は、チェーンカバーのネジを 2 回転ほど緩めてから、ベルトカバー (No. 66L/R) を少し押し上げ、最後に先に緩めたネジを締めます。下図をご参照ください。輸送中にベルトカバー (No. 66L/R) が外れたり、フライホイール (No. 96) がベルトカバー (No. 66L/R) と摩擦することがあります。



6. 張力を上げた際にペダルが非常に踏みにくくなったり、摩擦するような音がしたりする場合は、ベルトカバー (No. 66L/R) を外し、下図のネジを調整してください。反時計回りに回してネジの位置を下げる必要があります。これにより、マグネットボード (No. 89) がマグネットフライホイールに接触するのを防ぎます。ベルトカバー (No. 66L/R) を再度取り付ける前に、張カレベル 8 のテストを行い、マグネットがフライホイールに接触しないことを確認します。

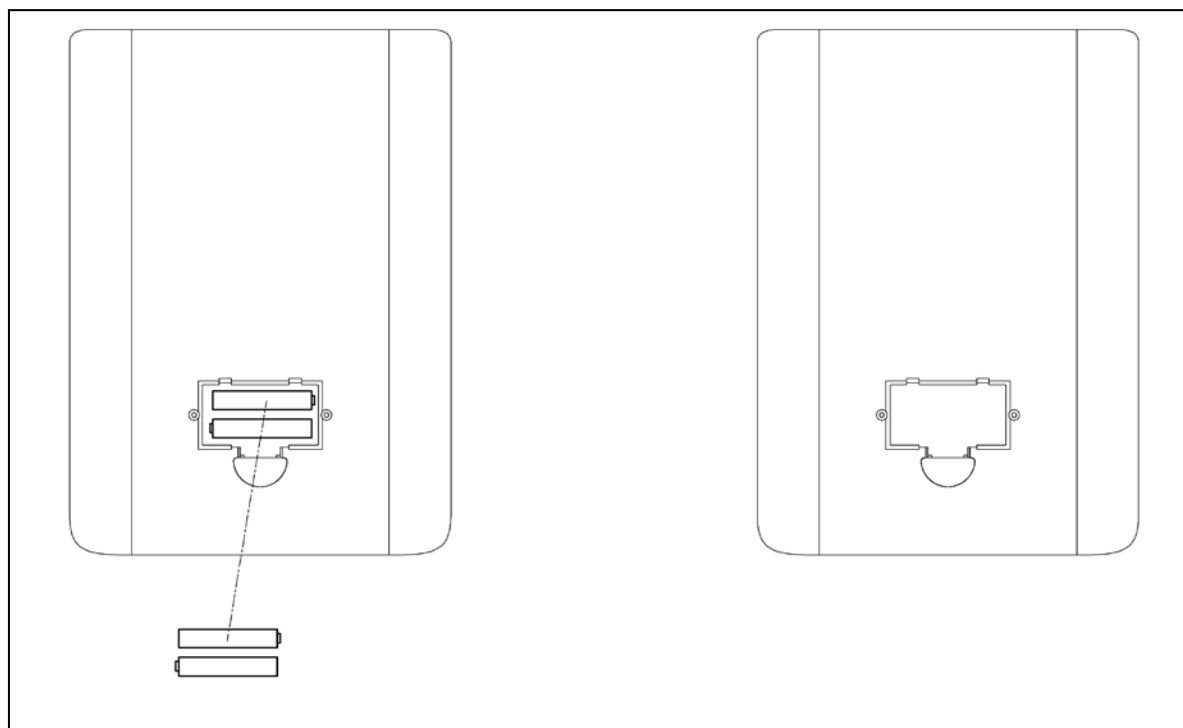


7. 手順 5、6 を行ってもまだ異音がする場合は、ベルトカバー (No. 66L/R) を外し、フライホイール (No. 96) のネジを半回転ほど緩めてください。下図をご参照ください。



8. 機器が平坦でないと感じる場合は、後側スタビライザー (No.4) の後側エンドキャップ (No.15) を回して調整してください。使用時に機械がぐらつく場合は、機器の下にエクササイズマットを入れることをご検討ください。

電池の取り付けと交換



電池の取り付け:

コンピュータは単三電池 2 本を使用します。コンピュータの背面から電池カバーを開き、2 本の電池を電池コンパートメントに入れます。電池の (+) と (-) の端が正しい位置にあることをご確認ください。電池カバーを元に戻します。

電池の交換:

ディスプレイの表示に問題がある場合は、まず電池を交換してみてください。電池カバーを開けて、古い電池を取り出し、新しい電池と交換します。電池の (+) と (-) が正しい位置にあることをご確認ください。電池カバーを元に戻します。

電池を交換する際は、必ず両方を新しい電池と交換してください。古い電池と新しい電池を混ぜないでください。

エクササイズ用コンピュータ

仕様:

時間.....00:00-99:59 分:秒
速度..... 0.0-999.9 MPH
距離..... 0.00-99.99 マイル
カロリー..... 0.0-999.9 キロカロリー
走行距離.....0.0-9999 マイル
心拍数.....40-240 BPM



ファンクションキー:

モード: MODE ボタンを押して機能を選択します。

リセット: RESET ボタンを押すと値がリセットされます。

セット: SET を押して、時間、距離、カロリーのいずれかの機能を!

操作手順:

1. 自動 ON/OFF:

エクササイズを開始するか、MODE ボタンを押すと、コンピュータの電源がオンになります。約 4 分間操作がない場合、自動的にコンピュータの電源が切れます。

2. リセット:

MODE ボタンを 3 秒間長押しすると、コンピュータをリセットできます。電池を取り外すと、コンピュータがリセットされ、すべての値がゼロに戻ります。

3. モード:

LOCK MODE を選択するには、選択したい機能のポインタが点滅している時に MODE キーを押します（ロックされると選択された機能のみが表示されます）。

4. 機能:

時間: エクササイズの開始から終了までの合計時間をカウントします。

速度: 現在の速度を表示します。

距離: エクササイズの開始から終了までの合計距離をカウントします。

カロリー: エクササイズの開始から終了までの間に消費された総カロリー数をカウントします。

走行距離: すべてのエクササイズセッションの総走行距離をカウントします。

心拍数: 利用者の現在の心拍数を 1 分あたりの拍数で表示します。

パルスセンサーの両方に手のひらを当てると、コンピュータに現在の心拍数が表示されます。（この値は医療用ではありません）。

スキャン: すべての機能を自動的に繰り返し表示します。

電池: コンピュータは、コンピュータの箱に同梱されている単三電池 2 本を使用します。電池は、自治体の法律や規則に従って廃棄してください。一部の電池はリサイクルできます。廃棄やリサイクルの際には、電池の種類を混ぜないでください。

Version 1.8

CONNECT WITH US

FOR FITNESS
ARTICLES, VIDEOS
& WORKOUTS



@SUNNYHEALTHANDFITNESS



@SUNNYHEALTHFITNESS



@SUNNYHEALTHFIT



/SUNNYHEALTHFITNESS



/SUNNYHEALTHANDFITNESS

WWW.SUNNYHEALTHFITNESS.COM