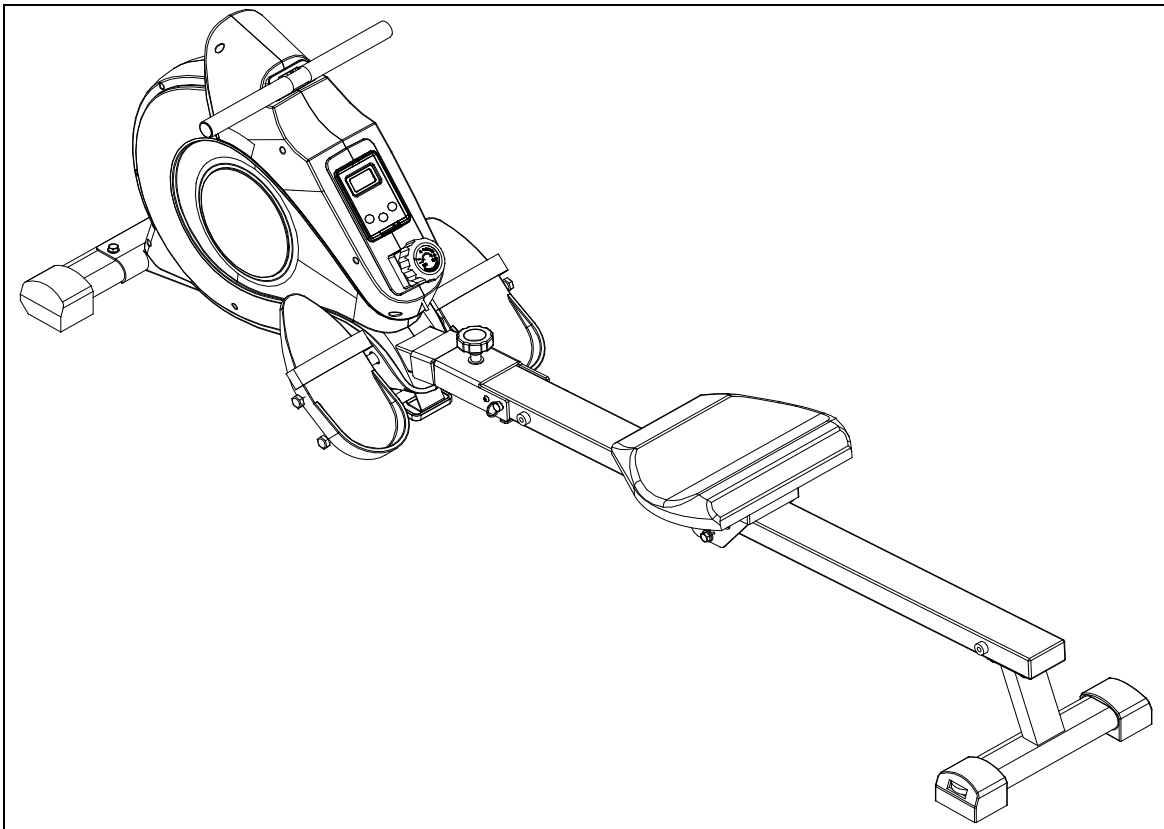




マグネティック ローイングマシン

SF-RW5515

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お待ちください。 support@sunnyhealthfitness.com または 1-877-90SUNNY (877-907-8669)。



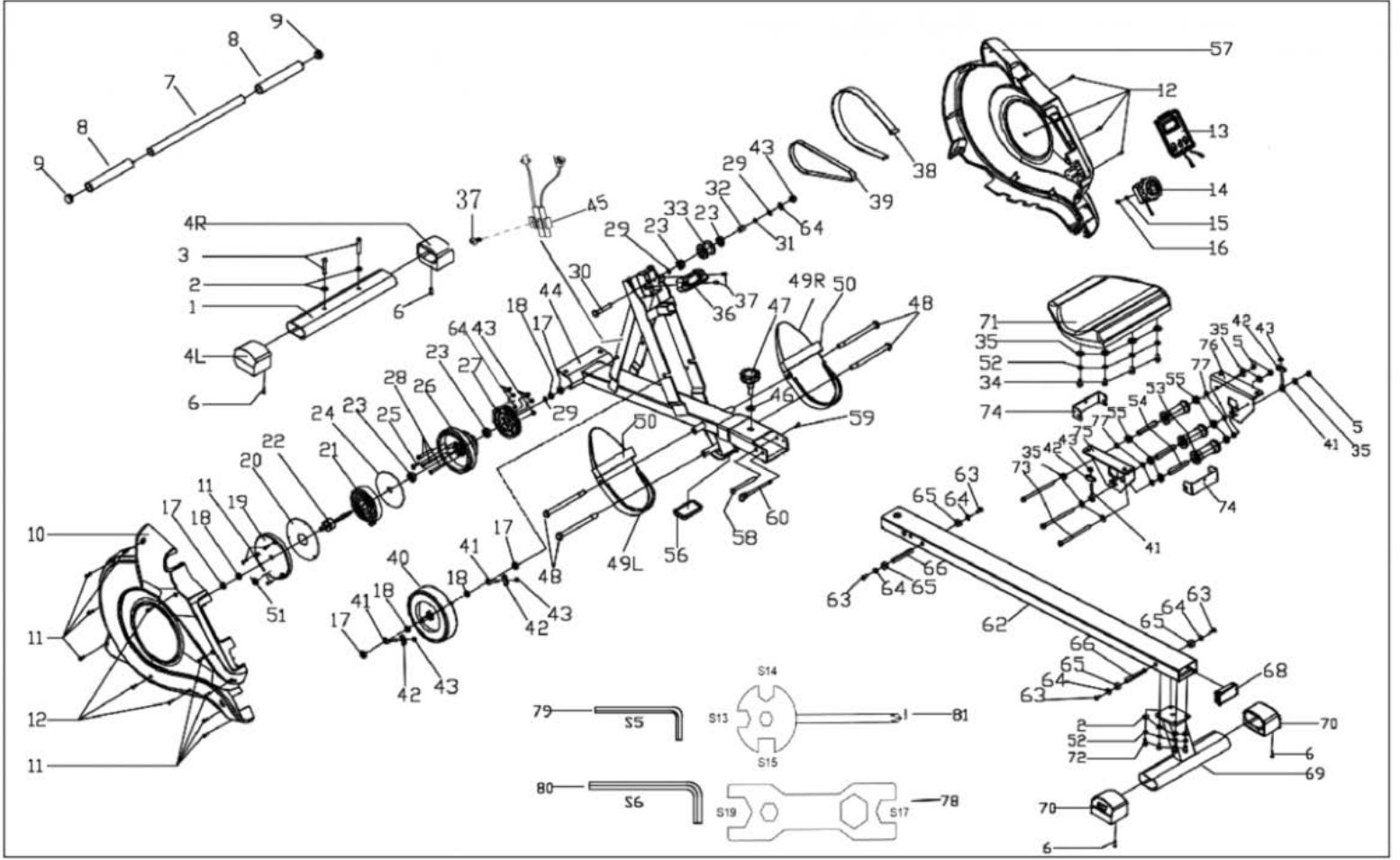
WWW.SUNNYHEALTHFITNESS.COM

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、安全で効果的にご利用することができます。また、お客様のほかに当機器を使用される方がいらっしゃる場合、すべての警告と注意事項を確実にお伝えしてください。

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 250 ポンド（110 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。

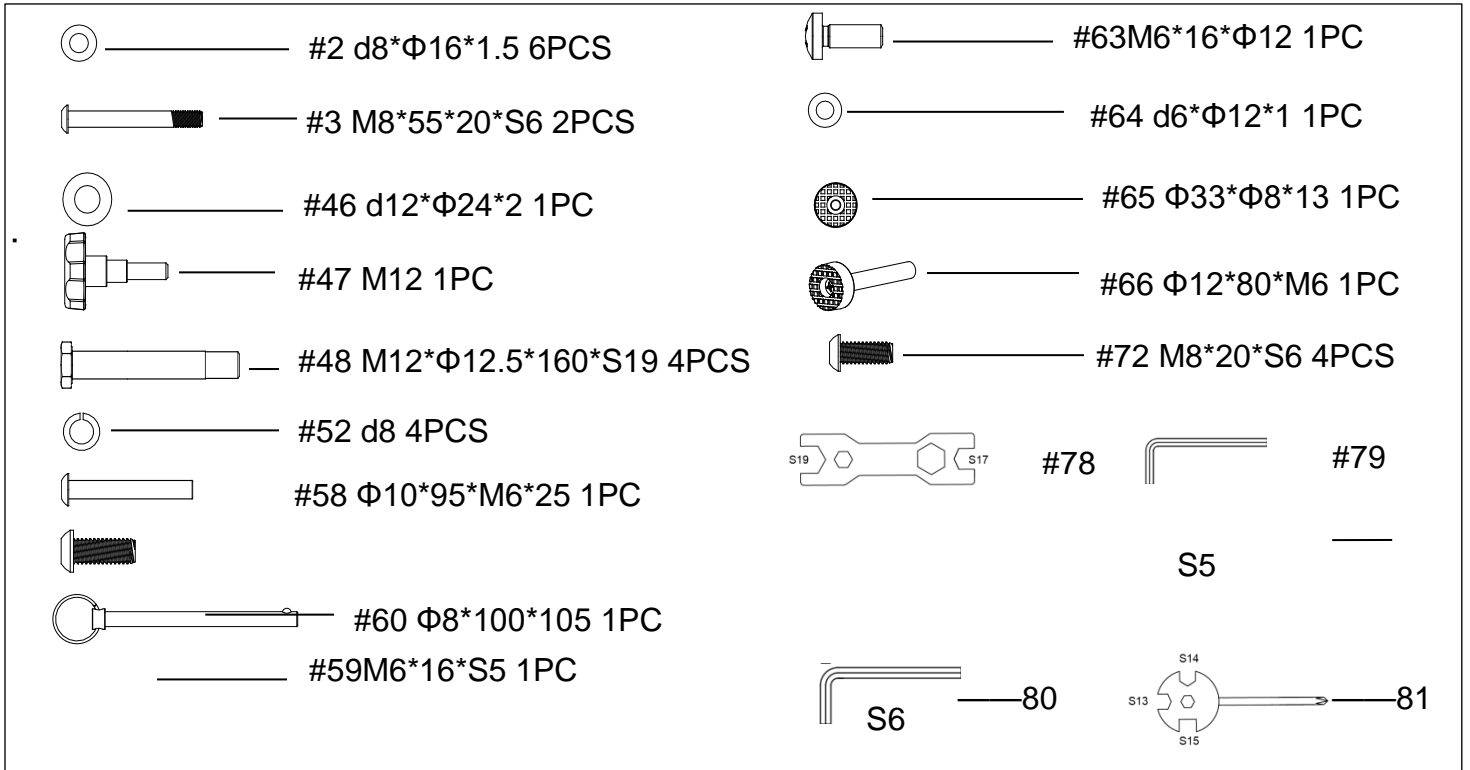
分解图



パーツリスト

No.	説明	仕様	数量	No.	説明	仕様	数量
1	前側スタビライザー		1	42	調整式 U シート	30*10*1.5	4
2	ワッシャー	d8*Φ16*1.5	6	43	ナット	M6*H6*S10	8
3	ネジ	M8*55*20*S6	2	44	メインフレーム		1
4L/R	エンドキャップ(左 / 右)		2	45	センサーワイヤ		1
5	ナット	M8*H7.5*S13	3	46	ワッシャー	d12*Φ24*2	1
6	ネジ	ST4.2*25*Φ10.5	4	47	ノブ	M12	1
7	ハンドルバー		1	48	ボルト	M12*Φ12.5*160*S19	4
8	フォームグリップ	Φ26*3*215	2	49L/R	ペダル L/R		2
9	エンドキャップ	Φ28*15	2	50	ペダルストラップ		2
10	左ベルトカバー		1	51	マグネット	Φ15*7	1
11	ネジ	ST4.2*19*Φ8	11	52	スプリングワッシャー	d8	8
12	ネジ	ST4.2*16*Φ8	7	53	ホイール	Φ40*92	3
13	コンピュータ		1	54	アイドラーホイール用ケーシングパイプ	Φ13*Φ8*78	3
14	張力コントロールノブ		1	55	ベアリング	608Z	6
15	ワッシャー	D5	1	56	ラバーパッド		1
16	ネジ	M5	1	57	右ベルトカバー		1
17	ナット	M10*1*H8*S15	4	58	ボルト	Φ10*95*M6*25	1
18	ナット	M10*1*H5*S17	4	59	ネジ	M6*16*S5	1
19	メッシュベルト車輪カバー	Φ149*14	1	60	ブルピン	Φ8*100*105	1
20	外側 PC ボード		1	61	なし		
21	コイルスプリング		1	62	スライディングレール		1
22	メッシュベルトホイール軸		1	63	ネジ	M6*16*Φ12	4
23	ベアリング	6000-ZZ	4	64	ワッシャー	d6*Φ12*1	8
24	PC ボード		1	65	リミットマット	Φ33*Φ8*13	4
25	ボルト	M5*45*Φ4.8	1	66	リミット車軸	Φ12*80*M6	2
26	メッシュベルトホイール	Φ145	1	67	なし		
27	ベルトホイール	Φ104	1	68	エンドキャップ	J80*40*18	1
28	ボルト	M6*55*S10	3	69	後側サポート		1
29	止め輪	d10	3	70	エンドキャップ		2
30	ボルト	M6*55*15*S10	1	71	シート	DDPU986	1
31	波形ワッシャー	Φ13.5*Φ10.2*0.	1	72	ネジ	M8*20*S6	4
32	スペーサー	Φ10*Φ6.1*40	1	73	ボルト	M8*125*15*S14	3
33	メッシュベルト車	Φ45*35	1	74	U 字型ブラケット		2
34	ネジ	M8*20*S6	4	75	左シートサポートボード		1
35	ワッシャー	d8*Φ20*1.5	10	76	右シートサポートボード		1
36	ハンドルバーシート		1	77	スペーサー	d8*Φ15*4	6
37	ネジ	M5*10*Φ10	3	78	スパナ	S17-19	1
38	メッシュベルト	t1.5*22*2270	1	79	六角レンチ	S5	1
39	ベルト	6PJ250	1	80	六角レンチ	S6	1
40	慣性ホイール	Φ176	1	81	スパナ	S13-14-15	1
41	調整ネジ	M6*40*Φ10*2.5	4				

梱包されている金具類



交換部品のご注文（アメリカおよびカナダのお客様のみ）

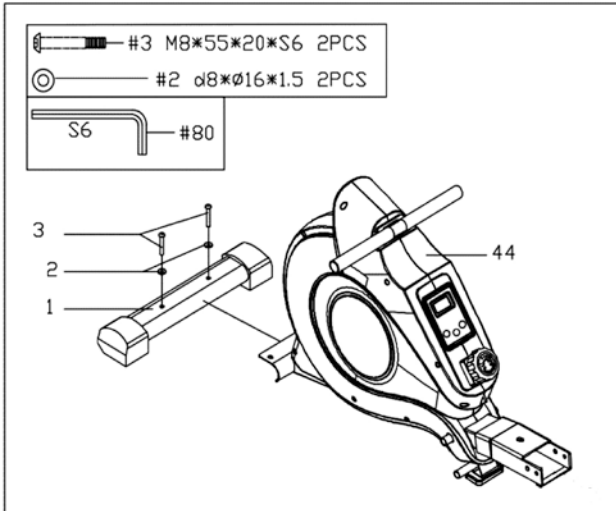
部品を正確に特定するために、以下の情報をお知らせください。

- ✓ 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。

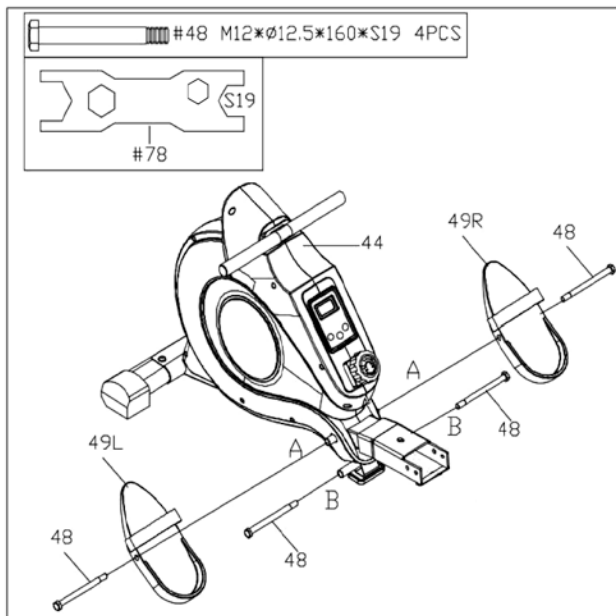
組み立て方法

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:

ネジ (No. 3) 2 本とワッシャー (No. 2) 2 個を使って、前側スタビライザー (No. 1) をメインフレーム (No. 44) に取り付けます。六角レンチ (No. 80) で締め付けて固定します。



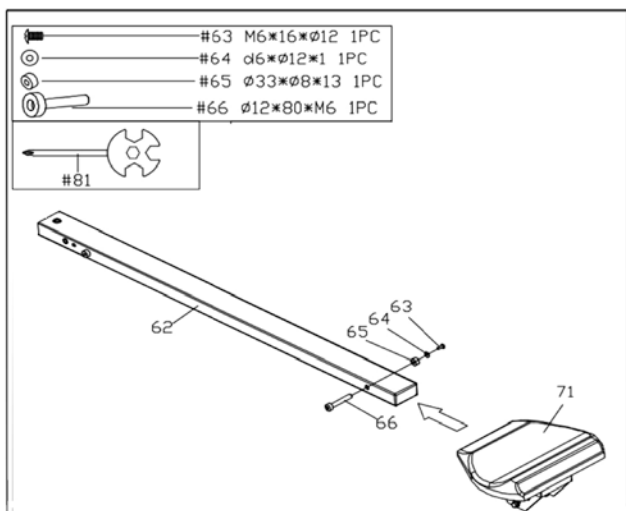
ステップ 2:

スパナ (No. 78) を使って、ボルト (No. 48) 2 本をメインフレーム (No. 44) の B の位置にある下穴に取り付けます。

ボルト (No. 48) 2 本を、ペダル (No. 49L/R) 2 個を通して、メインフレーム (No. 44) の A の位置にある上側の穴に挿入します。スパナ (No. 78) で締め付けます。

備考：ペダル (No. 49L/R) は B の位置にあるボルト (No. 48) の上に置く必要があります。

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。

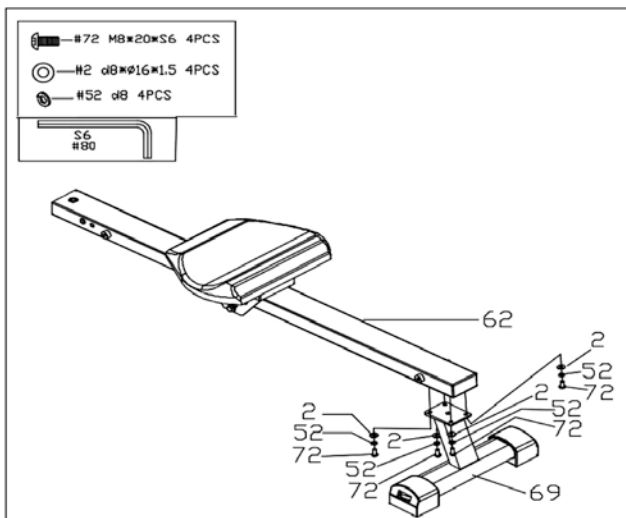


ステップ 3:

シート (No. 71) をスライディングレール (No. 62) に挿入します。

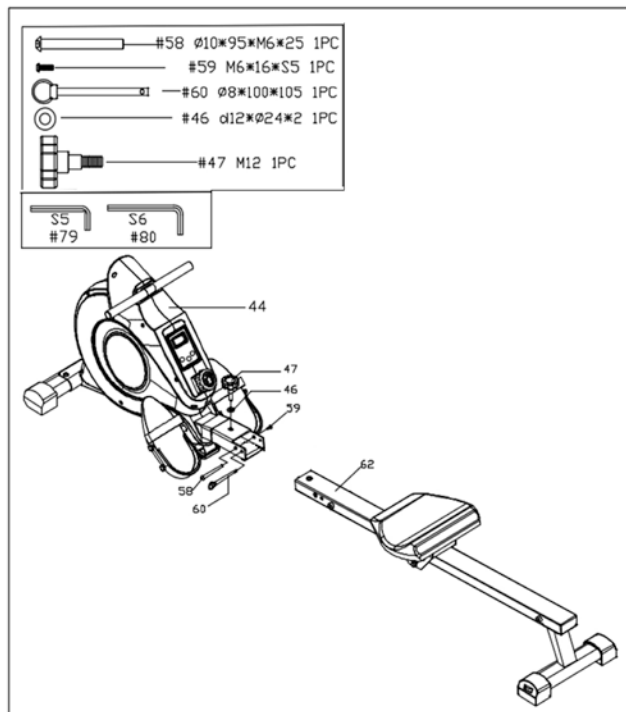
リミット車軸 (No. 66) をスライディングレール (No. 62) の背面にある穴に挿入します。

リミットマット (No. 65) をリミット車軸 (No. 66) にネジ (No. 63) 1 本とワッシャー (No. 64) 1 個で取り付け、スパナ (No. 81) で締め付けます。



ステップ 4:

スライドレール (No. 62) をネジ (No. 72) 4 本、スプリングワッシャー (No. 52) 4 個、ワッシャー (No. 2) 4 個で後側サポート (No. 69) に取り付けます。六角レンチ (No. 80) で締め付けて固定します。

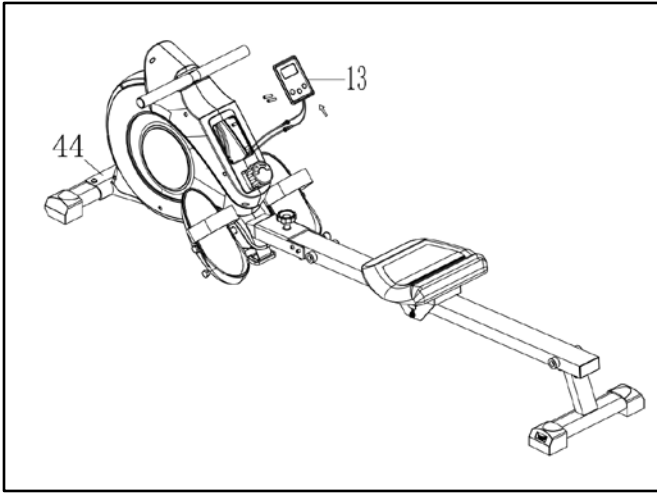


ステップ 5:

スライドレール (No. 62) を、ボルト (No. 58) 1 本とネジ (No. 59) 1 本を使ってメインフレーム (No. 44) に取り付けます。六角レンチ (No. 79) と六角レンチ (No. 80) で締め付けて固定します。

次にスライドレール (No. 62) をメインフレーム (No. 44) にノブ (No. 47) とワッシャー (No. 46) を使って固定し、プルピン (No. 60) を挿入します。

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:

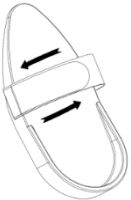
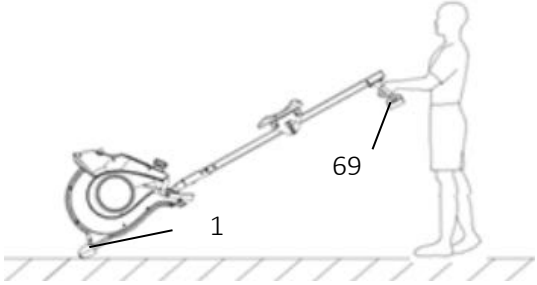
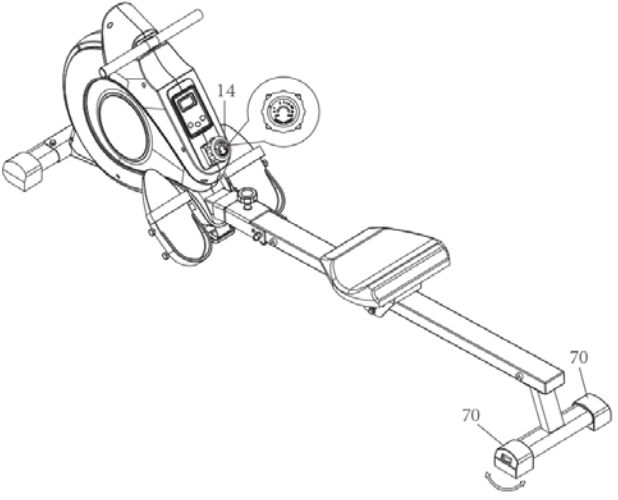
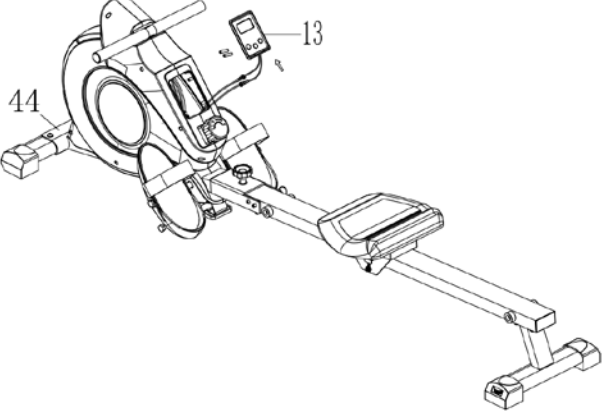
取扱説明書が入っているビニール袋から、単四電池2本を取り出します。コンピュータ (No. 13) の底面にあるバックルを上を押して、コンピュータ (No. 13) をメインフレーム (No. 44) から外します。

単四電池2本をコンピュータ (No. 13) の背面にセットします。コンピュータ (No. 13) の底部にあるバックルを押して、コンピュータ (No. 13) をメインフレーム (No. 44) に戻します。コンピュータ (No. 13) を下方方向に押して、位置を合わせます。

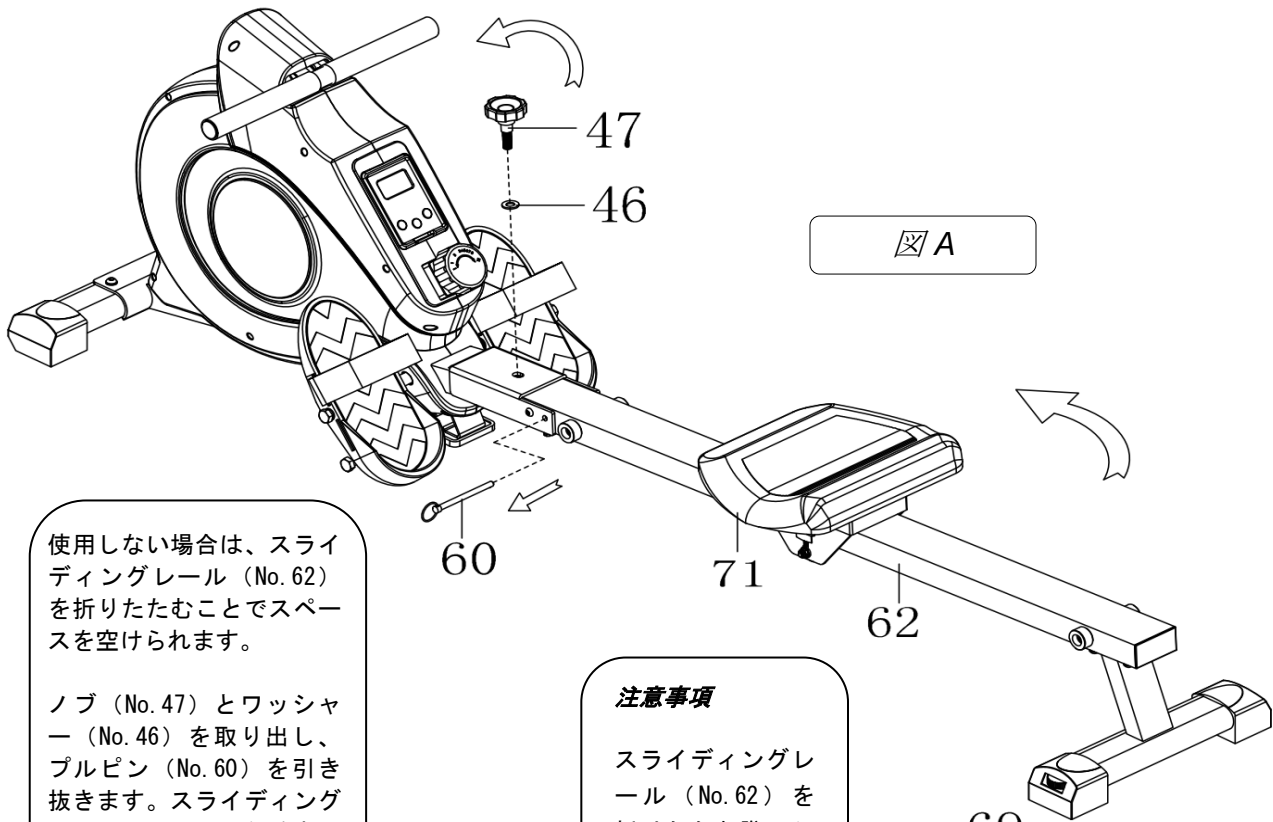
これで組み立てが完了です。

調整および利用ガイド

注意事項 シートなどの可動部は、手をケガする場合があります。使用中はスライドレールに手を近づけないでください。

	<p>ペダルストラップの調整</p> <p>ペダルストラップは調整可能で、ご自身の足のサイズに合わせて調整できます。</p>
	<p>機器の移動</p> <p>機器を移動させるには、前側スタビライザー（No. 1）の移動用の車輪が床面につくまで、後側スタビライザー（No. 69）を持ち上げます。移動用の車輪が床面に付いていれば、スムーズに目的の場所に移動することができます。</p>
	<p>バランスとレジスタンス（抵抗値）の調整</p> <p>使用中にバランスが悪くなった場合には、機器の後側サポートにあるエンドキャップ（No. 70）を調整してください。</p> <p>張力コントロールノブ（No. 14）を時計回りに回すと、レジスタンスのレベルが上がります。張力コントロールノブ（No. 14）を反時計回りに回転させると、レジスタンスのレベルが下がります。</p> <p>張力レベルは、レベル 1 が最も低く、レベル 8 が最も高く設定されています。</p>
	<p>電池の交換</p> <p>コンピュータ（No. 13）には、単四電池が 2 本付属しています。電池を交換するには、コンピュータ（No. 13）をメインフレーム（No. 44）から取り外し、両方の電池を交換してください。電池の種類や、新旧の電池を混ぜて使用しないでください。</p> <p>交換後、コンピュータ（No. 13）をメインフレーム（No. 44）に戻します。電池の廃棄については、自治体の規則に従ってください。</p>

収納ガイド



使用しない場合は、スライディングレール (No. 62) を折りたたむことでスペースを空けられます。

ノブ (No. 47) とワッシャー (No. 46) を取り出し、プルピン (No. 60) を引き抜きます。スライディングレール (No. 62) を垂直に折りたたみます (図 A)。安全上の注意：シート (No. 71) は、スライドレール (No. 62) を折りたたむ際に下に滑り落ちます。

プルピン (No. 60) をメインフレーム (No. 44) の穴に再び挿入し、ノブ (No. 47) とワッシャー (No. 46) をスライディングレール (No. 62) に締め付けます (図 B)。

注意事項

スライディングレール (No. 62) を折りたたむ際にシート (No. 71) が滑り落ちます。

注意事項

スライドレール (No. 62) を垂直に折りたたむと、後側サポート (No. 69) に頭が当たる場合がありますのでご注意ください。

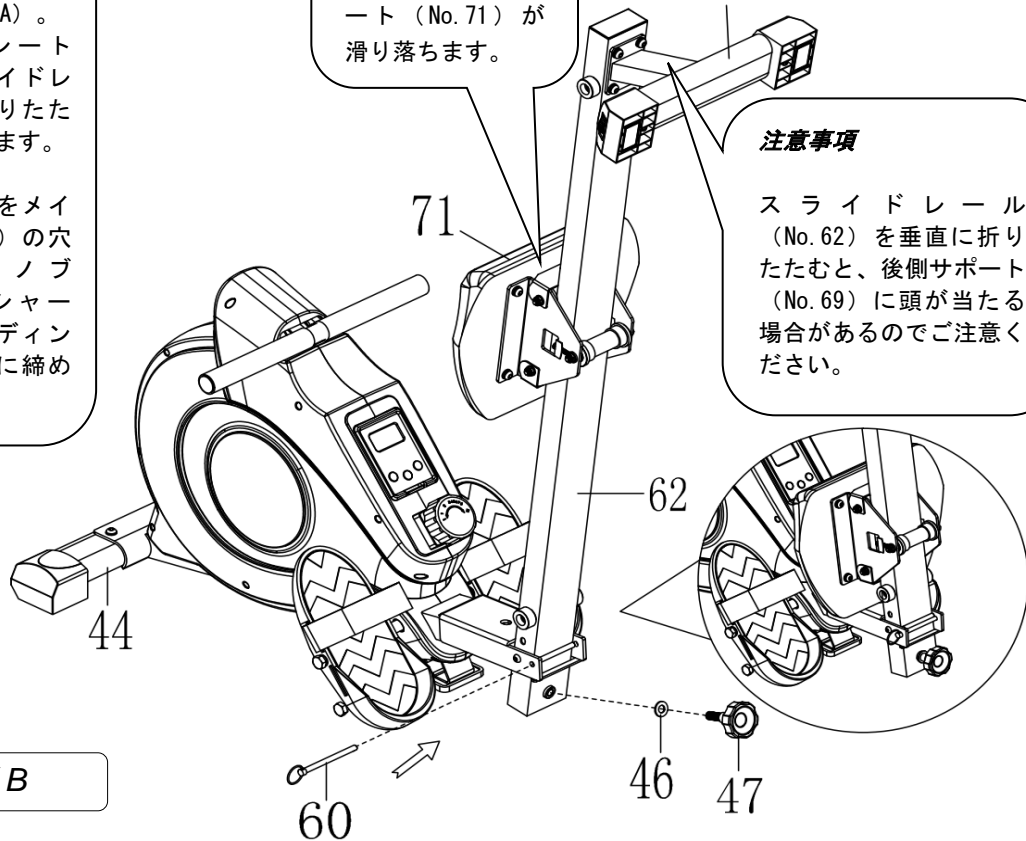
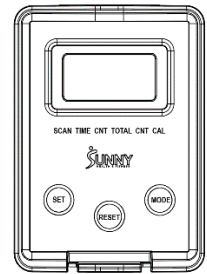


図 B

エクササイズ用コンピュータ

機能キー:

- モード: MODE ボタンを押して機能を選択したりコンピュータをオンにします。
セット: 時間、カウント、カロリーの値を設定します (スキャンモードでない時)。
リセット: RESET ボタンで、タイム、カウント、カロリーをリセットします。約 3 秒間長押しすると、トータルカウントを除くすべての値がリセットされます。



機能と操作:

- 自動 ON/OFF: 4 分間無信号の状態が続くと、自動的に電源が切れます。機器を動かすか、コンピュータのボタンを押すと、コンピュータが再起動します。
スキャン: SCAN と表示されるまで MODE ボタンを押します。コンピュータは 4 つの機能を次の順番で表示します。TIME (時間)、COUNT (カウント)、TOTAL COUNT (トータルカウント)、CALORIES (カロリー) の順です。各機能は 6 秒間保持されます。
時間: 現在のエクササイズで経過した総時間をカウントします。
カウント (CNT): 現在のエクササイズで漕いだ数をカウントします。
トータルカウント (TOTAL CNT): 最初の使用からの総数をカウントします。
カロリー (CAL): 現在のエクササイズで消費された総カロリーをカウントします。

カウントダウン:

時間、カウント、カロリーの値をカウントダウンに設定することができます。

1. MODE ボタンを押して、機能を選択します。SCAN モードにはなっていないことをご確認ください。
2. SET を押してご希望の値を選択します。RESET を押すと値がクリアされます。
3. ディスプレイの点滅が終了して、漕ぎ始めるとカウントダウンを開始します。

電池: このコンピュータは、単四電池 2 本を使用しています。表示がおかしくなったり、読みづらくなったり、新しい電池を入れてください。必ず両方の電池を同時に交換してください。電池の種類を変えたり、古い電池と新しい電池を混ぜたりしないでください。電池の廃棄は、自治体のガイドラインに従ってください。

仕様:

機能	スキャン	6 秒ごと
	時間	0:00~99:59 (分: 秒)
	カウント	0~9999 カウント
	カロリー	0.0~9999 キロカロリー
	トータルカウント	0~9999 カウント
電池の種類		単四電池 2 本または UM-4
動作温度		0° C ~ 40° C
保管温度		-10° C ~ 60° C

CONNECT WITH US

FOR FITNESS
ARTICLES, VIDEOS
& WORKOUTS



@SUNNYHEALTHANDFITNESS



@SUNNYHEALTHFITNESS



@SUNNYHEALTHFIT



/SUNNYHEALTHFITNESS



/SUNNYHEALTHANDFITNESS

WWW.SUNNYHEALTHFITNESS.COM