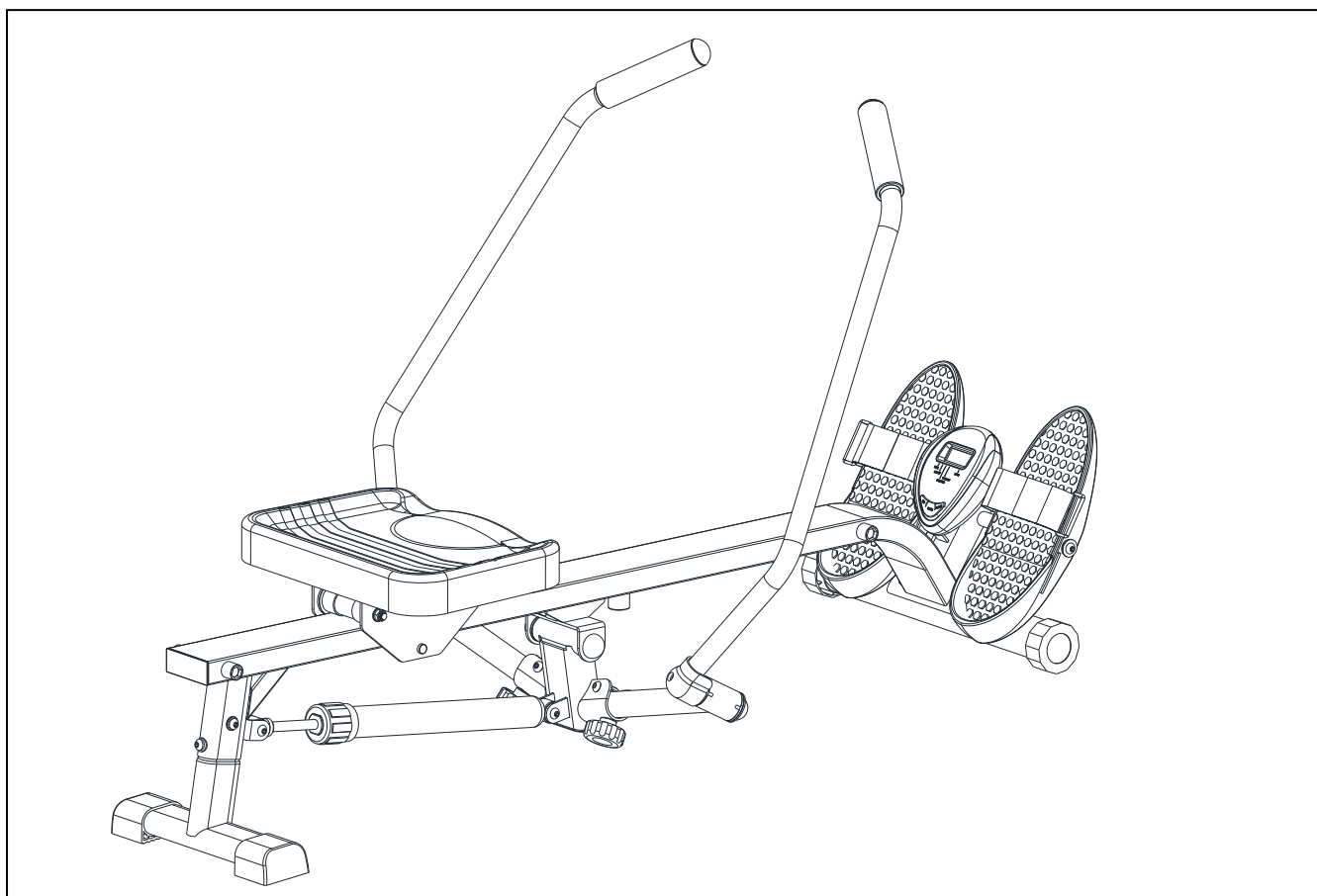




フルモーション ローイングマシン

SF-RW5639

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).



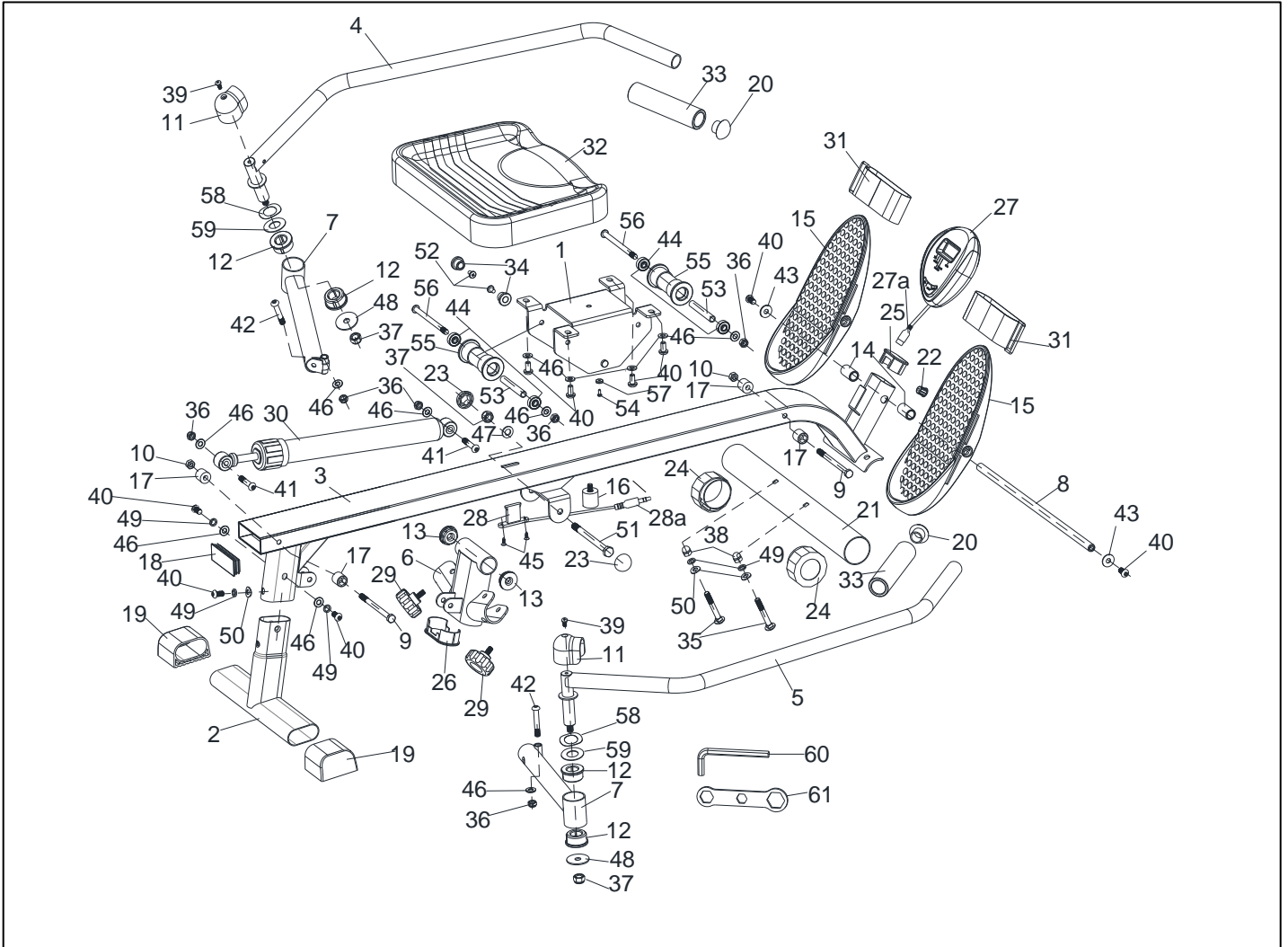
WWW.SUNNYHEALTHFITNESS.COM

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、効果的に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350ポンド（158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。

分解図



梱包されている金具類

	#35 M8x60 2PCS		#46 φ8.2xφ16x1.5 4PCS
	#49 φ8.1xφ10.6x1.5 5PCS		#42 M8x50 2PCS
	#50 φ8.2xφ19x1.5 3PCS		#36 M8 2PCS
	#38 M8 2PCS		#29 M8 2PCS
	#40 M8x16 3PCS		#60 S6 2PCS
	#61 S10-S13-S17 1PC		

パーツリスト

No.	説明	仕様	数量	No.	説明	仕様	数量
1	シートブラケット		1	31	ペダルストラップ		2
2	後側スタビライザ		1	32	シート		1
3	シートレール		1	33	フォームグリップ		2
4	左側ハンドルバー		1	34	ローラー		2
5	右側ハンドルバー		1	35	ボルト	M8*60	2
6	接続ジョイント		1	36	ナット	M8	6
7	分岐ピース		2	37	ナット	M10	3
8	ロングシャフト		1	38	ナット	M8	2
9	六角ボルト	M8*105	2	39	プラスネジ	M5*12	2
10	ナット		2	40	内側六角ネジ	M8*16	9
11	ハンドルバーカバー		2	41	内側六角ボルト	M8*40	2
12	ベアリング		4	42	内側六角ボルト	M8*50	2
13	ベアリング		2	43	フラットワッシャー	Φ8.4*Φ22*T1.6	2
14	スペーサー		2	44	ベアリング	608ZZ	4
15L/R	ペダル		2	45	プラスネジ	ST4.2*10.0	2
16	シャフトスリーブ		1	46	フラットワッシャー	Φ8.2*Φ16*T1.5	12
17	エンドキャップ		4	47	フラットワッシャー	Φ10.3*Φ20*T2.0	1
18	オーバルエンドキャップ		1	48	フラットワッシャー	Φ10.5*Φ38*T2.0	2
19	エンドキャップ		2	49	スプリングワッシャー	Φ8.1*Φ10.6*T1.5	5
20	サークルエンドキャップ		2	50	アークワッシャー	Φ8.2*Φ19*T1.5	3
21	前側スタビライザ		1	51	六角ボルト	M10*120	1
22	プラグ		1	52	ネジ	M4*8	2
23	サークルキャップ		2	53	スリーブ		2
24	エンドキャップ		2	54	ボルト	M4*8	1
25	エンドキャップ		1	55	ホイール		2
26	エンドキャップ		1	56	ボルト	M8*110	2
27	メーター		1	57	マブネット		1
27a	メーターワイヤ		1	58	波形ワッシャー	Φ20*Φ27*T0.3	2
28	センサー		1	59	フラットワッシャー	Φ19.2*Φ38*T1.0	2
28a	センサーワイヤ		1	60	六角レンチ	S6	2
29	ノブ	M8	2	61	スパナ	S13-S10-S17	1
30	油圧シリンダ		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）

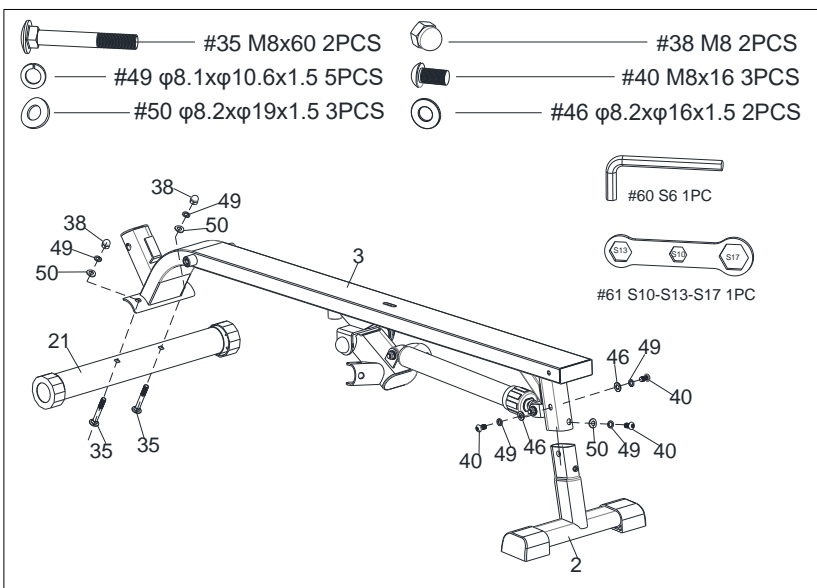
部品を正確に特定するために、以下の情報をお知らせください。

- ✓ 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。

組み立て方法

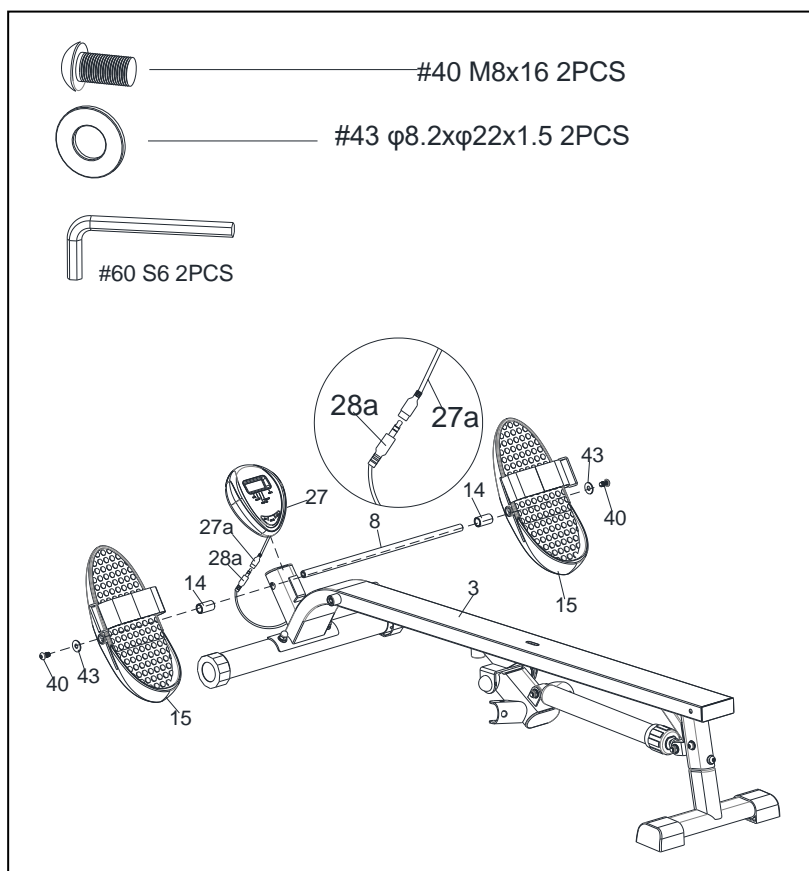
弊社では、Sunny ヘルス&フィットネス製品を使用するお客様を大切にしています。パーツ、トラブルに関しては support@sunnyhealthfitness.com または 1-877-90SUNNY (877-907-8669) までお問い合わせください。



ステップ 1:

前側スタビライザー (No. 21) を、ボルト (No. 35) 2本、アークワッシャー (No. 50) 2個、スプリングワッシャー (No. 49) 2個、ナット (No. 38) 2個でシートレール (No. 3) に取り付けます。スパナ (No. 61) で締め付けて固定します。

後側スタビライザー (No. 2) を、内側六角ネジ (No. 40) 3本、スプリングワッシャー (No. 49) 3個、フラットワッシャー (No. 46) 2個、アークワッシャー (No. 50) 1個で、後側スタビライザー (No. 2) をシートレール (No. 3) に取り付けます。六角レンチ (No. 60) で締め付けて固定します。



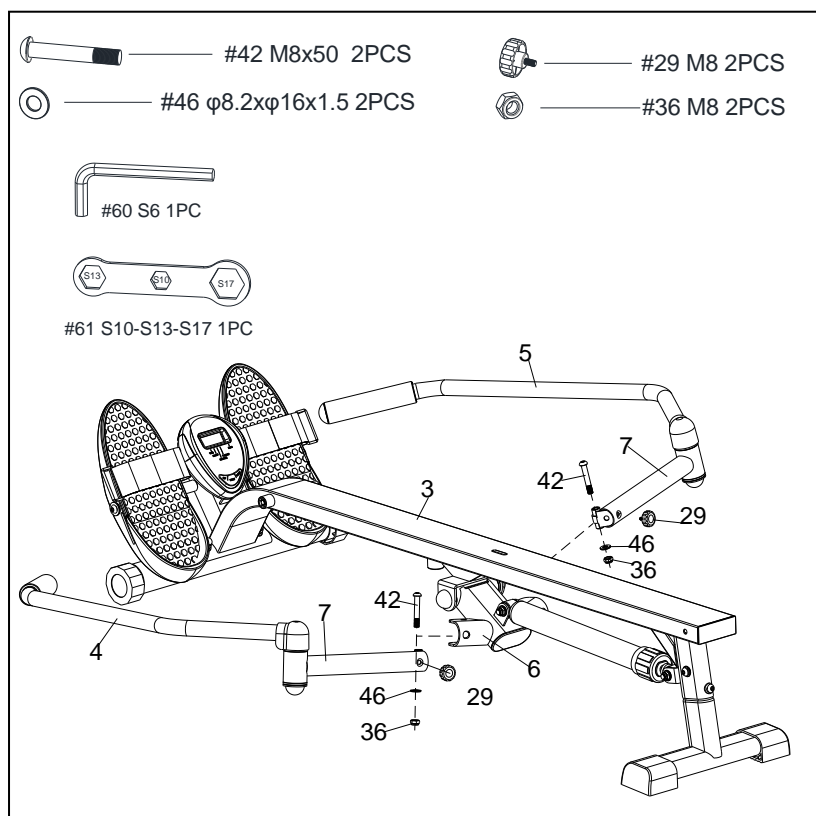
ステップ 2:

六角レンチ (No. 60) 2本を使って、ロングシャフト (No. 8) からフラットワッシャー (No. 43) 2個、スペーサー (No. 14) 2個、内側六角ネジ (No. 40) 2個を取り外します。

ロングシャフト (No. 8) をシートレール (No. 3) に挿入し、取り外したスペーサー (No. 14) 2個をロングシャフト (No. 8) の両端に挿入します。次に、ペダル (No. 15L/R) をロングシャフト (No. 8) の両端にスライドさせます。取り外したフラットワッシャー (No. 43) 2個と内側六角ネジ (No. 40) 2個で固定します。六角レンチ (No. 60) 2本で締め付けて固定します。

メーター (No. 27) をシートレール (No. 3) のメーターサポートに差し込みます。次に、センサーワイヤ (No. 28a) とメーターワイヤ (No. 27a) を接続します。

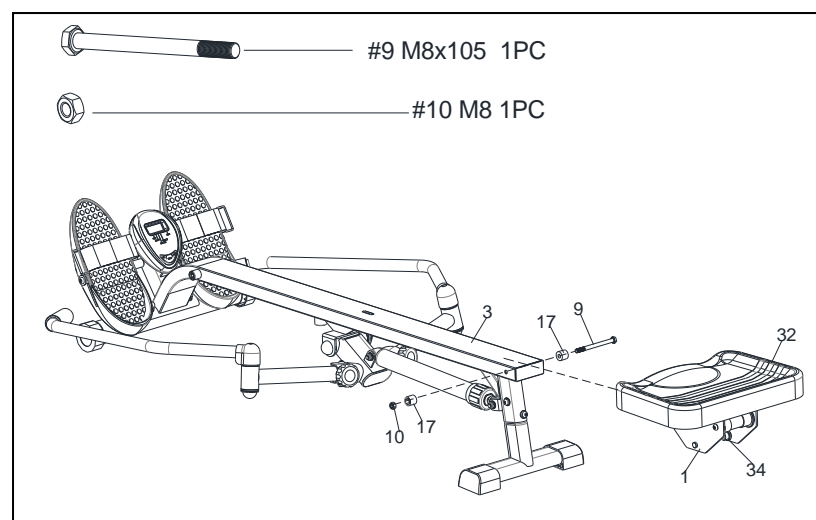
弊社では、Sunnyヘルス&フィットネス製品を使用するお客様を大切にしています。パーツ、トラブルに関してはsupport@sunnyhealthfitness.com または 1-877-90SUNNY (877-907-8669) までお問い合わせください。



ステップ 3:

左右のハンドルバー (No. 4、No. 5) を、内側六角ボルト (No. 42) 2本、フラットワッシャー (No. 46) 2個、ナット (No. 36) 2個で、接続ジョイント (No. 6) に取り付けます。スパナ (No. 61) と六角レンチ (No. 60) で締め付けて固定します。

分岐ピース (No. 7) 2個をノブ (No. 29) 2個で固定します。



ステップ 4:

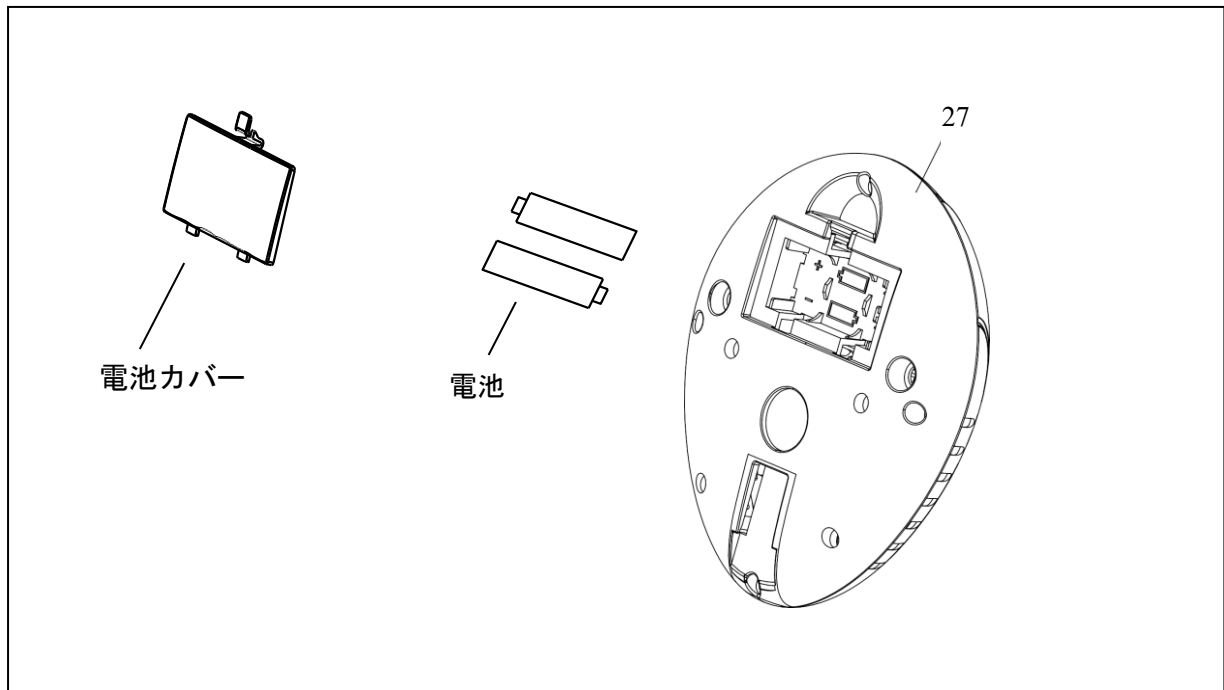
シートレール (No. 3) からナット (No. 10) 1個、エンドキャップ (No. 17) 2個、六角ボルト (No. 9) 1個を取り外します。

シートブラケット (No. 1) をシートレール (No. 3) に挿入します。

六角ボルト (No. 9) をシートレール (No. 3) に挿入し、エンドキャップ (No. 17) 2個とナット (No. 10) 1個を手で締めます。

これで組み立ては完了です

電池の取り付けと交換



電池の取り付け:

1. メーターボックスから単 4 乾電池 2 本を取り出します。
2. メーター背面の電池カバーのバックル (No. 27) を押して、電池カバーを外します。
3. 単 4 形電池 2 本をメーター背面の電池ケース (No. 27) にセットします。電池の+と-に注意して取り付けてください。
4. 電池カバーのバックルを押して、電池カバーをメーター (No. 27) の背面に戻します。

これで取り付けは完了です

電池の交換:

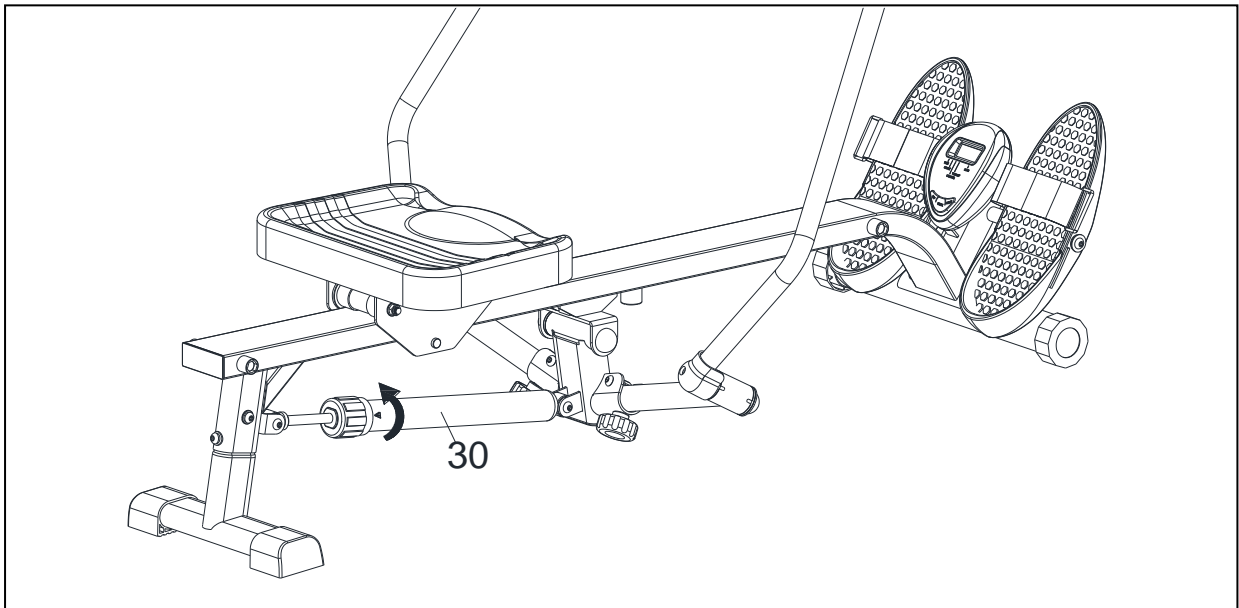
1. メーター背面の電池カバーのバックル部分 (No. 27) を押して、電池カバーを外します。
2. 電池ケース内の古い単 4 形乾電池 2 本を取り出し、新しい単 4 形乾電池 2 本をメーター背面の電池ケース (No. 27) にセットします。電池の+と-に注意して取り付けてください。
3. 電池カバーのバックルを押して、電池カバーをメーター背面 (No. 27) に戻します。

これで交換は完了です

備考: 必ず両方の電池を同時に交換してください。電池の種類を混ぜたり、古い電池と新しい電池を混ぜないでください。電池は、自治体のガイドラインに従って廃棄してください。

レジスタンス（抵抗値）の調整

当機器は12段階のレジスタンスを持つように設計されています。図のように、油圧シリンダー（No. 30）の上部リングを回して、矢印をご希望のレジスタンスに合わせます。



備考：ケガやローイングマシンの損傷を防ぐため、使用中には油圧シリンダー（No. 30）の抵抗を調整しないでください。

警告

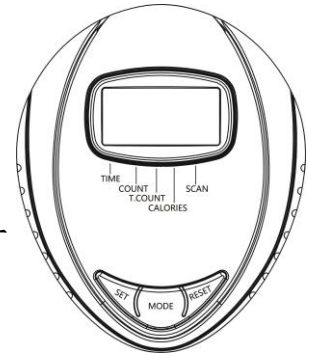
このローイングマシンの油圧シリンダー（No. 30）は、1度のエクササイズにつき20分までの使用を想定しています。油圧シリンダー（No. 30）が適切に冷却されるまで、エクササイズの間隔を少なくとも20分間空けてください。

注意事項：油圧シリンダー（No. 30）は、長時間使用すると発熱し、触ると危険です。ローイングマシンを動かす前に、油圧シリンダー（No. 30）を冷却してください。

メーター取扱説明書

仕様:

時間-----00:00-99:59 分
カウント -----0-9999
トータルカウント-----0-9999
カロリー -----0.0-9999 キロカロリー



機能:

スキャン: 6 秒ごとに次の順序で、機能を繰り返して自動的に表示します：時間-カウント-トータルカウント-カロリー。

モード: MODE を押して、機能を選択、設定します。3 秒間押し続けると、時間、カウント、カロリーがリセットされます。

セット: 機能を選択した後、SET を押して、時間、カウント、カロリーの値を設定します。メーターは値をカウントダウンします。

リセット: セットモードで、RESET ボタンを押して現在の値をゼロにリセットします。このボタンを 3 秒間押し続けると、時間、カウント、カロリーの値をゼロにリセットできます（トータルカウントを除く）。

備考:

- 漕ぎ始めた時、またはボタンを押した時にメーターがオンになります。
- 4 分間何もしないと、メーターは自動的に停止します。
- メーターの表示に不具合がある場合は、電池を交換してください。このメーターは、1.5V の単四電池を 2 本使用します。電池の種類を混ぜないでください。電池を交換するときは、両方を同時に交換してください。
- 電池の廃棄は、自治体のガイドラインに従って行ってください。
- 電池を交換すると、トータルカウントを含むメーター内のすべての値がリセットされます。

Version 3.1

CONNECT WITH US

FOR FITNESS
ARTICLES, VIDEOS
& WORKOUTS



@SUNNYHEALTHANDFITNESS



@SUNNYHEALTHFITNESS



@SUNNYHEALTHFIT



/SUNNYHEALTHFITNESS



/SUNNYHEALTHANDFITNESS

WWW.SUNNYHEALTHFITNESS.COM