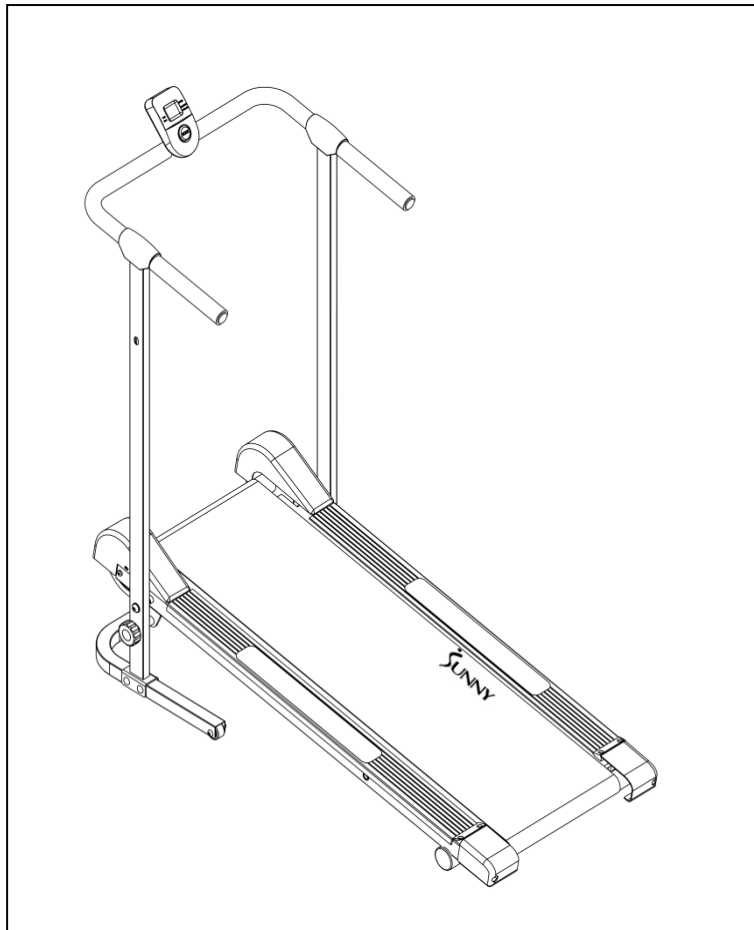




マニュアルウォーキングトレッドミル

SF-T1407M

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 □ □ □ 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



WWW.SUNNYHEALTHFITNESS.COM

安全上の重要な注意事項

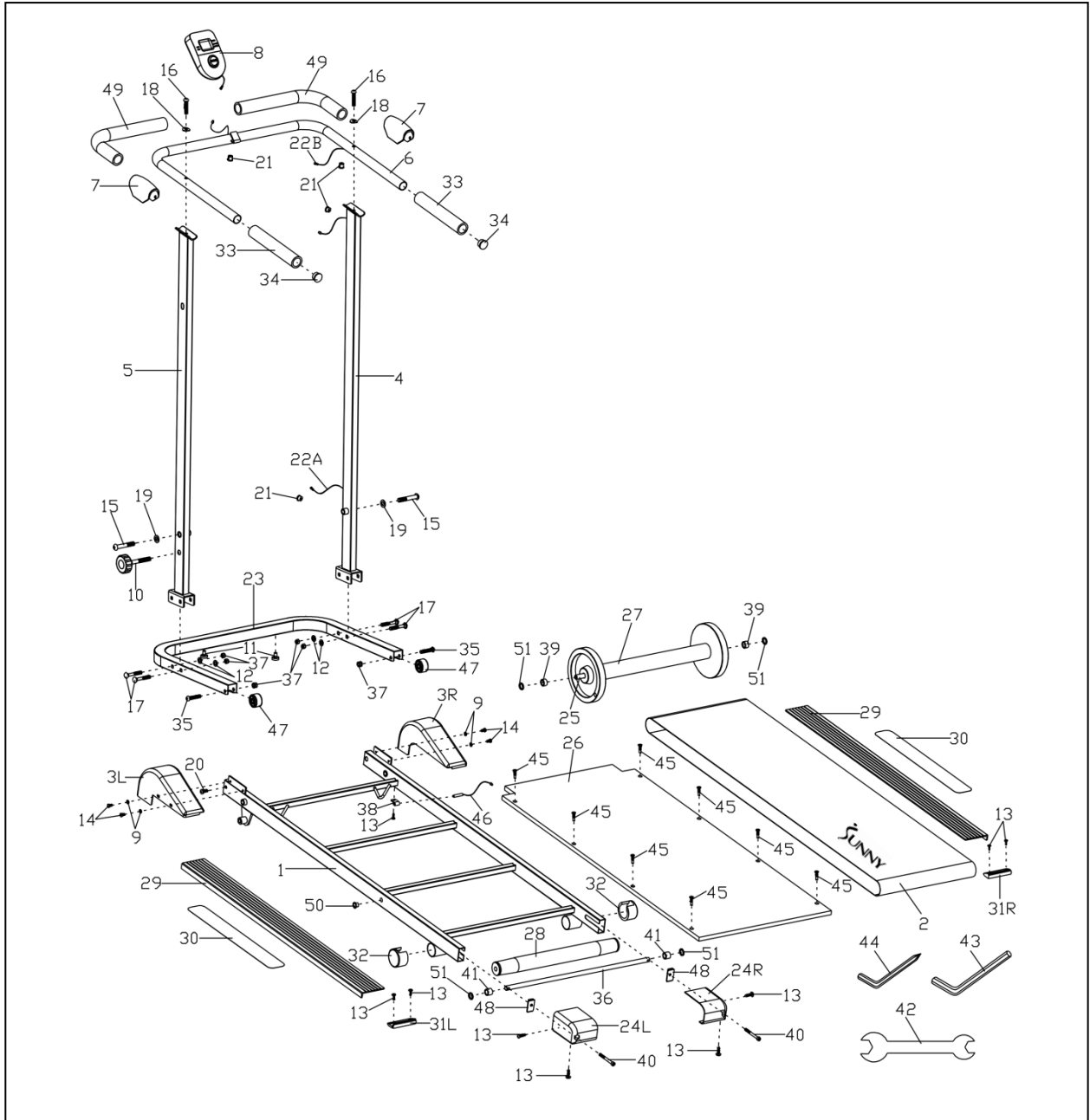
この度は、弊社製品をお選びいただき、誠にありがとうございます。お客様の安全と健康を守るために、当機器を正しくご使用ください。機器の組み立てやご使用前に、このマニュアルをすべて読むことが重要です。機器を正しく組み立て、メンテナンスを行うことにより、安全で効果的に利用することができます。また、お客様のほかに当機器を使用される方がいらっしゃる場合、すべての警告と注意事項を確実にお伝えしてください。

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8フィート（240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。

重要事項:

ランニングベルトは最初に使用する前に潤滑剤を塗布する必要があります。潤滑剤の適切な塗布方法については、9ページをご参照ください。

分解図



梱包されている金具類

	#15 M10*70 2PCS		#17 M8*50 4PCS
	#16 M8*35 2PCS		#14 M5*10 4PCS
	#19 ID10.5*OD22 2PCS		#18 ID8.2*OD16 2PCS
	#12 ID8.2*OD16 4PCS		#9 Φ6*Φ10*1 4PCS
	#37 M8 4PCS		#10 M10*65 1PC
	#44 S5 1PC		#42 S13-15 1PC
			#43 S6 1PC

パーツリスト

No.	説明	仕様	数量
1	メインフレーム		1
2	ランニングベルト		1
3L	左側フライホイールカバー		1
3R	右側フライホイールカバー		1
4	右側直立サポート支柱		1
5	左側直立サポート支柱		1
6	ハンドルバー		1
7	装飾カバー		2
8	コンピュータ		1
9	ワッシャー	Φ6*Φ10*1	4
10	ロックノブ	M10*65	1
11	脚パッド		2
12	フラットワッシャー	ID8. 2*OD16	4
13	プラスネジ	ST4. 2*13	9
14	プラスネジ	M5*10	4
15	ボルト	M10*70	2
16	ボルト	M8*35	2
17	丸頭ボルト	M8*50	4
18	円弧ワッシャー	ID8. 2*OD16	2
19	フラットワッシャー	ID10. 5*OD22	2
20	ボルト	M6*15	1
21	プラグ		4
22A	下部センサーワイヤ		1
22B	上部センサーワイヤ		1
23	ベースフレーム		1
24L	後側エンドカバー左用		1
24R	後側エンドカバー右用		1
25	前車軸		1

No.	説明	仕様	数量
26	ランニングボード		1
27	前側ローラー		1
28	後側ローラー		1
29	サイドレール		2
30	スリップ止めクロス		2
31L	左側レールブロック		1
31R	右側レールブロック		1
32	脚カバー		2
33	ハンドルバーフォーム		2
34	エンドキャップ		2
35	ボルト	M8*40	2
36	後車軸		1
37	ナイロンナット	M8	6
38	インダクタ固定シート		1
39	プラスチックワッシャー	D12. 5*10	2
40	調整ボルト	M6*75	2
41	プラスチックワッシャー	D12. 5*14	2
42	スパナ	S13-15	1
43	六角レンチ	S6	1
44	六角レンチ	S5	1
45	送りネジ	ST5. 5*25	8
46	センサーワイヤ		1
47	移動用ホイール		2
48	後側ローラー板		2
49	ハンドルバーフォーム		2
50	ナット	M10	1
51	ワッシャー	D12. 5	4

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。

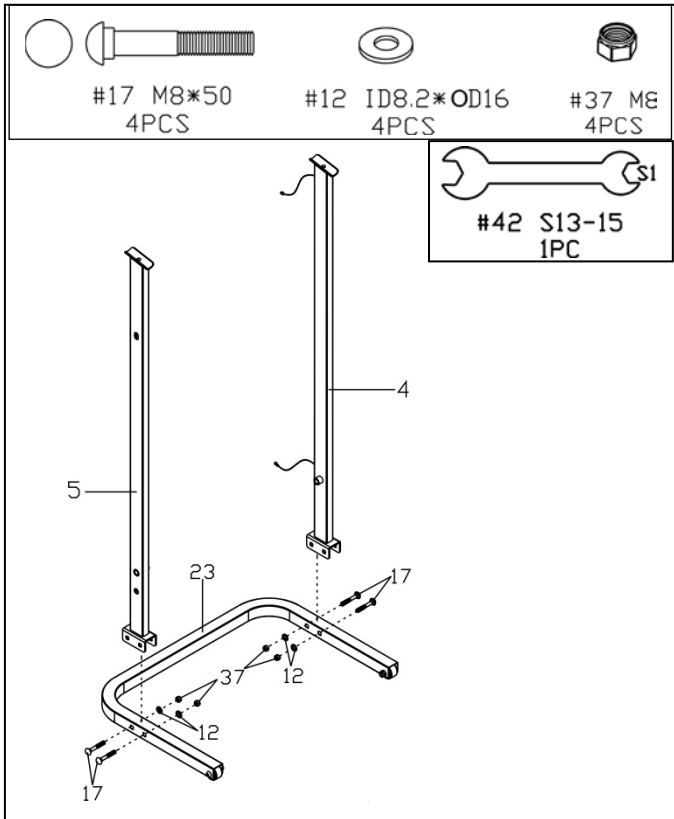
組み立て方法

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:

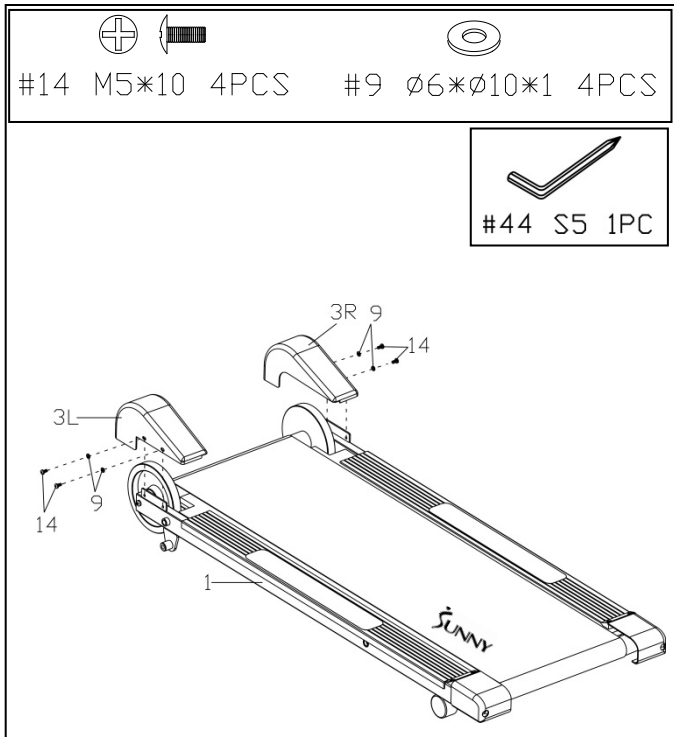
注意: 重量のあるコンポーネントの組み立てを行う場合は、2人で行ってください。安全のため、これらの手順を一人で行わないでください。

丸頭ボルト (No. 17) 4 本、フラットワッシャー (No. 12) 4 個、ナイロンナット (No. 37) 4 個を使用して、左右の直立サポート支柱 (No. 4、No. 5) をベースフレーム (No. 23) に固定します。スパナ (No. 42) で締め付けて固定します。



ステップ 2:

プラスネジ (No. 14) 4 本とワッシャー (No. 9) 4 個を使って、左右のフライホイールカバー (No. 3L、No. 3R) をメインフレーム (No. 1) に固定します。六角レンチ (No. 44) で締め付けて固定します。

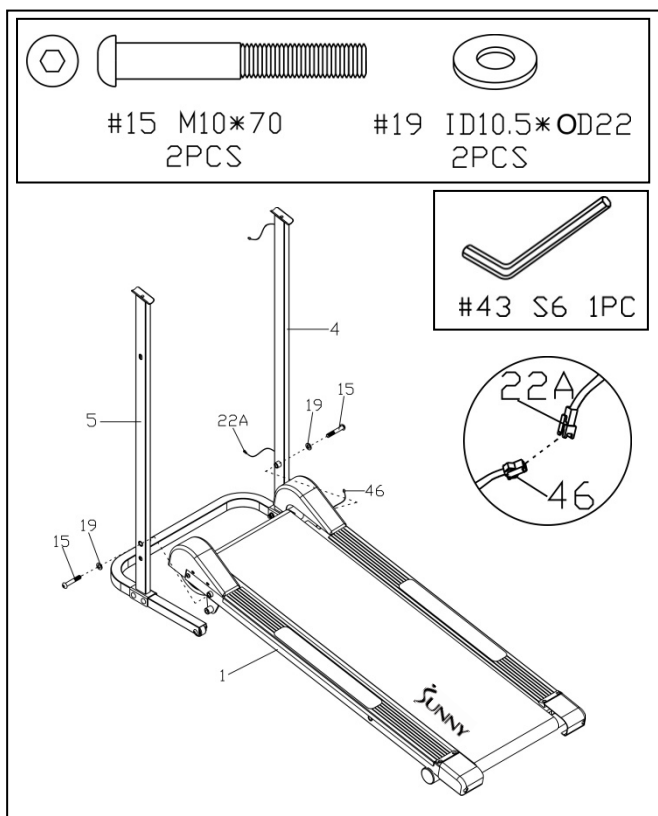


弊社では、Sunny ヘルス&フィットネス製品を使用するお客様を大切にしています。パーツ、トラブルに関しては support@sunnyhealthfitness.com または 1-877-90SUNNY (877-907-8669) までお問い合わせください。

ステップ 3:

メインフレーム (No. 1) をフラットワッシャー (No. 19) 2個とボルト (No. 15) 2本を使って左右の直立サポート支柱 (No. 4、No. 5) に取り付けます。六角レンチ (No. 43) で締め付けて固定します。

下部センサーワイヤ (No. 22A) をセンサーワイヤ (No. 46) に接続します。



ステップ 4:

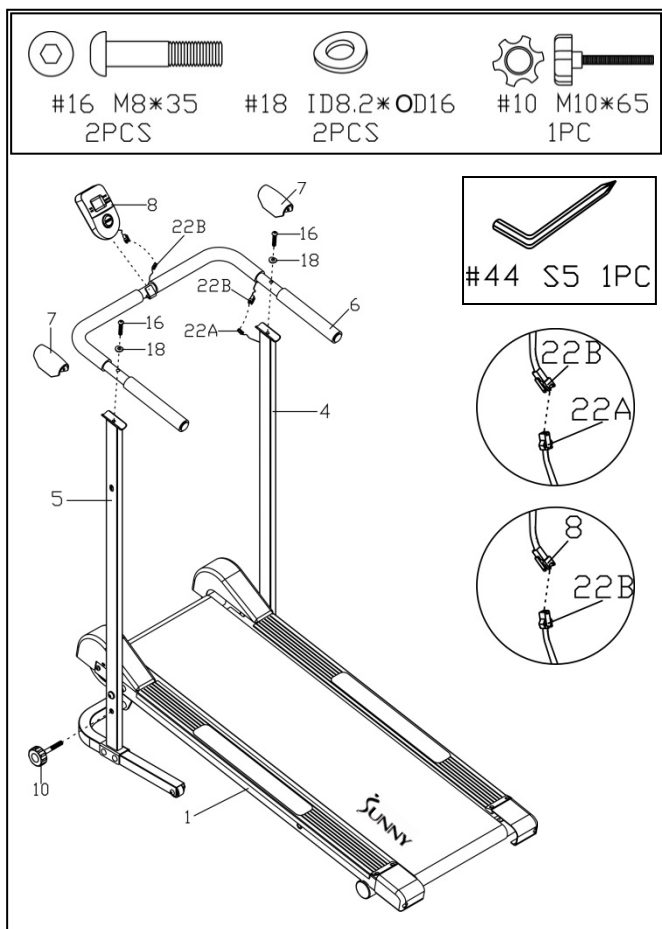
ハンドルバー (No. 6) を円弧ワッシャー (No. 18) 2個とボルト (No. 16) 2個を使用して、左右の直立サポート支柱 (No. 4、No. 5) に取り付けます。六角レンチ (No. 44) で締め付けて固定します。次に、下部センサーワイヤ (No. 22A) と上部センサーワイヤ (No. 22B) を接続します。

コンピュータ (No. 8) の電池カバーを開けて単3形乾電池 2本を入れ、カバーを閉じます。上部センサーワイヤ (No. 22B) をコンピュータ (No. 8) のリンクワイヤに接続し、コンピュータ (No. 8) をハンドルバー (No. 6) にあるコンピュータホルダーにスライドさせます。

装飾カバー (No. 7) 2枚をハンドルバー (No. 6) に装着します。

ロックノブ (No. 10) を、左側直立サポート支柱 (No. 5) とメインフレーム (No. 1) の穴にねじ込みます。

これで組み立ては完了です



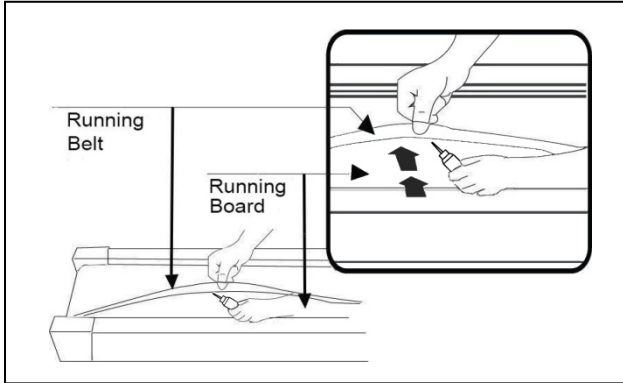
トレッドミルの潤滑方法

重要事項:

初めてご使用する前に、トレッドミルに注油する必要があります。

ランニングベルトとトレッドミルの潤滑剤:

摩擦がトレッドミルの寿命と動作に影響を与えるため、ランニングボード (No. 26) とランニングベルト (No. 2) のへ潤滑は必須です。ランニングボード (No. 26) とランニングベルト (No. 2) は定期的に点検してください。ランニングボード (No. 26) に摩擦が見られる場合は、support@sunnyhealthfitness.com までご連絡ください。



以下の頻度を推奨しています。

- ライトユーザー (週 3 時間以下) : 1 年に 1 回
- ミディアムユーザー (週 3~5 時間) : 6 ヶ月に 1 回
- ヘビーユーザー (週 5 時間以上) 3 ヶ月に 1 回

1. ランニングベルト (No. 2) を片側だけ起こし、ランニングボード (No. 26) に潤滑剤を塗布します。ウエスを使ってランニングボード (No. 26) 上の潤滑剤を十分に拭き取り、反対側にも同じ作業を行います。
2. 可動部は、自由にかつ静かに回転する必要があります。可動部に異常があるとトレッドミルの安全性に影響します。トレッドミルの各部のボルトを定期的にチェックして締めることが非常に重要です。
3. トレッドミルをより良く維持して寿命を延ばすために、定期的に一貫したメンテナンスを行うことをお勧めします。
4. 潤滑油を塗布している間は、ランニングベルトを緩めたり、調整しないでください。ランニングベルト (No. 2) が緩んでいると、使用中にランナーが滑り落ちてしまい、逆にランニングベルト (No. 2) が締めすぎていると、ローラーとランニングベルト (No. 2) の摩擦が大きくなります。ランニングベルト (No. 2) の最も適した締め付けは、ランニングボード (No. 26) から 50~75mm 引き出ている状態です。

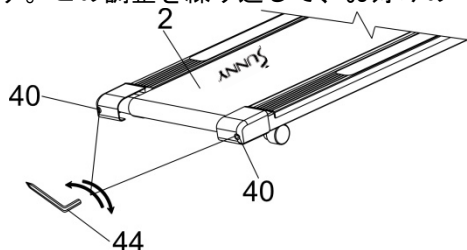
メンテナンス方法

一般的なお手入れがトレッドミルの寿命を延ばし、性能を向上させるのに役立ちます。定期的にコンポーネントのホコリを取り除いて、清潔に保ってください。ランニングベルト (No. 2) の露出した 2 つの側面を清掃すると、ホコリが下に溜まるのを防ぐことができます。ランニングシューズの汚れでランニングボード (No. 26) やランニングベルト (No. 2) を傷つけないように、ランニングシューズを清潔に保ってください。清潔な湿らせた布でランニングベルト (No. 2) の表面をお手入れしてください。

ランニングベルトの調整:

1. ランニングベルト (No. 2) が右側に動いた場合、右側の調整ボルト (No. 40) を時計回りに 1/4 回転させ、次に左側の調整ボルト (No. 40) を反時計回りに 1/4 回転させます。ランニングベルト (No. 2) が動かない場合は、中央にくるまでこの手順を繰り返します。
2. ランニングベルト (No. 2) が左側に動いた場合、左側の調整ボルト (No. 40) を反時計回りに 1/4 回転させ、次に右側の調整ボルト (No. 40) を時計回りに 1/4 回転させます。ランニングベルト (No. 2) が動かない場合は、中央にくるまでこの手順を繰り返します
3. 時間の経過とともに、ランニングベルト (No. 2) が緩んできます。ランニングベルト (No. 2) を締めるには、左右の調整ボルト (No. 40) を時計回りに 1 回転させます。ランニングベルト (No. 2) の張り具合をご確認ください。ランニングベルト (No. 2) の張力が適切になるまで、この作業を続けます。均等に配置されるように、両側を均等に調整してください。

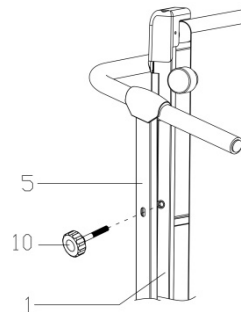
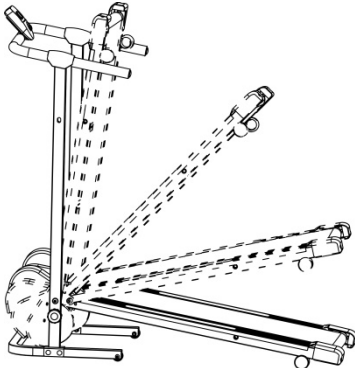
エクササイズ中にランニングベルト (No. 2) が緩んでいると感じた場合は、両方の調整ボルト (No. 40) を同時に時計回りに 1/4 回転させることで、ランニングベルト (No. 2) を少しだけ締めることができます。ランニングベルト (No. 2) がきつすぎると感じる場合は、両方の調整ボルト (No. 40) を同時に反時計回りに 1/4 回転させることで、ランニングベルト (No. 2) を緩めることができます。この調整を繰り返して、お好みのベルトの締め付けを行えます。



折りたたみ方法

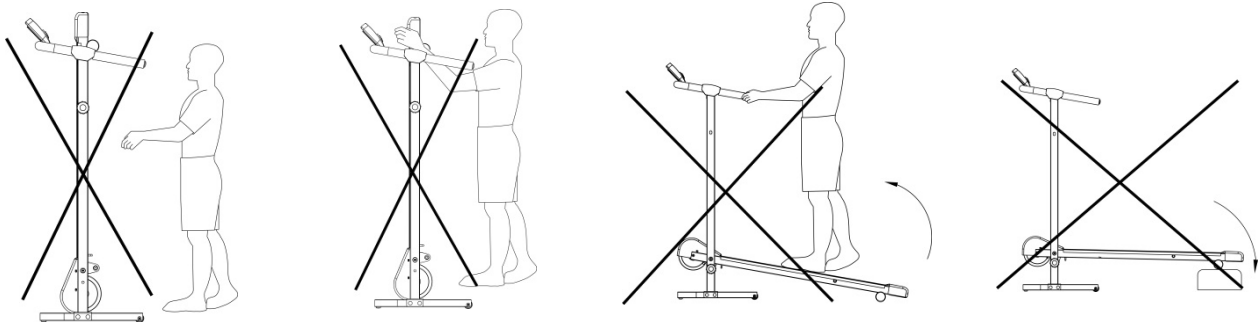
折りたたみ方法: トレッドミルを折りたたむには、ロックノブ (No. 10) を反時計回りに回して、左側直立サポート支柱 (No. 5) の下の穴から取り外します。メインフレーム (No. 1) の後端を垂直になるまで持ち上げ、ロックノブ (No. 10) を左側直立サポート支柱 (No. 5) の上部の穴に差し込み、時計回りに回して締め付けます (下図参照)。

展開方法: トレッドミルを展開するには、ロックノブ (No. 10) を反時計回りに回して、左側直立サポート支柱 (No. 5) の上部の穴から取り外します。メインフレーム (No. 1) の後端を持って地面まで下ろし、ロックノブ (No. 10) を左側直立サポート支柱 (No. 5) の下側の穴に差し込み、時計回りに回して締め付けます。



警告

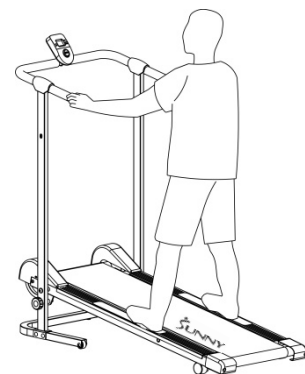
1. トレッドミルを折りたたんだり展開する場合には、必ずロックノブ (No. 10) が正しく挿入され、正しく締められていることを確認してください。
2. 安全のため、折りたたんだ場合でも、お子様を機器に近づけないでください。
3. 折りたたんだ状態でトレッドミルを操作しないでください。
4. ランニングベルトが完全に停止した状態でレッドミルユニットを折りたたんでください。
5. 折りたたむ前に、ランニングボードの上に立たないでください。



緊急時の停止

体からのシグナルにお気をつけください。誤ったエクササイズや過剰な運動は、健康を損なう恐れがあります。めまい、吐き気、胸の痛み、背中などの健康上の症状を感じた場合は、すぐにエクササイズを中止して、医師にご相談ください。

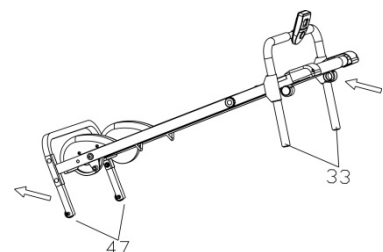
図にあるように、ステーキングプラットフォームに足を立て、ハンドルをしっかりと握ってください。



トレッドミルの移動方法

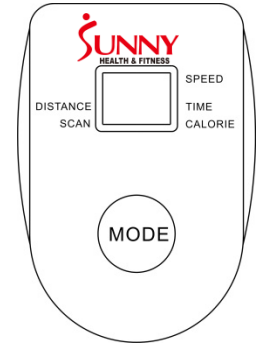
トレッドミルを移動させる前に、正しく折りたたまれていることをご確認ください。

移動方法: ハンドルバーフォーム (No. 33) を手で持ち、トレッドミルをゆっくりと体の方に傾けます。移動用ホイール (No. 47) が地面に着いたら、トレッドミルを目的の場所に安全に移動できます (図参照)。



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 M (マイル) /時
距離-----	0.0-999.9 M (マイル)
カロリー-----	0.0-999.9 キロカロリー



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。(Time, Speed, Distance, Calorie)。MODE ボタンを3秒間長押しすると、時間、距離、カロリーがリセットされます。

操作手順:

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。

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。また、電池を取り外すとコンピュータがリセットされ、すべての機能設定がゼロに戻ります。

モード:

LOCK MODE 設定を選択するには、表示したい機能にポインタを合わせた状態で MODE ボタンを押して点滅を開始し、ボタンから指を離します。ロックされると、選択した機能のみが表示されます。

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。

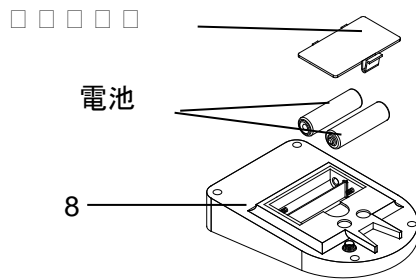
距離: エクササイズの開始から終了までの合計距離をカウントします。

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。

スキャン: 時間、速度、距離、カロリー（繰り返し）の順序で自動的に表示されます。

電池: このコンピュータは単三電池2本を使用します。ディスプレイに問題がある場合は、新しい電池に取り換えてください。

電池の取り付けと交換



電池の取り付け:

1. コンピュータボックスから単三電池を2本取り出します。
2. コンピュータ (No. 8) の背面にある電池カバーのバックルを押して、電池カバーを取り外します。
3. コンピュータ (No. 8) の背面にある電池ケースに単三電池2本を取り付けます。電池のプラス側とマイナス側をご確認ください。
4. 電池カバーのバックルを押してから、電池カバーをコンピュータ (No. 8) の背面に戻します。

取り付けは完了です。

電池の交換:

1. コンピュータ (No. 8) の背面にある電池カバーのバックルを押して、電池カバーを取り外します。
2. 電池ケース内の古い単三電池2本を取り外し、コンピュータ (No. 8) の背面にある電池ケースに新しい単三電池2本を取り付けます。電池のプラス側とマイナス側をご確認ください。
3. 電池カバーのバックルを押してから、電池カバーをコンピュータ (No. 8) の背面に戻します。

交換は完了です。

備考: 常に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、新旧の電池を混ぜないでください。自治体のガイドラインに従って電池を廃棄してください。

トラブルシューティング

問題	考えられる原因	推奨される対処
ベースが不安定	トレッドミルのメインフレームの下側に障害物があるか地面が水平ではない	障害物を取り除く トレッドミルを平らな場所に移動させる
	ロックノブが緩んでいる	ロックノブを締め付ける
可動部からのノイズ	金具：ナット、ボルト、ネジが緩んでいる	金具を点検し、締め付ける
	ランニングベルトとランニングボードが潤滑なされていない。	ランニングベルトとランニングボードの潤滑（ページ9参照）
ランニングベルトが中央に配置されていない	ランニングボードの左側または右側のランニングベルトの張りが正確でない	調整ボルトの調整。メンテナンス方法を参照（ページ9を参照）
コンピュータの画面が鮮明に表示されない	電池の残量が少ない	新しい電池に交換
コンピュータが全く動作しない	センサーワイヤ（No. 46）、下部センサーワイヤ（No. 22A）、上部センサーワイヤ（No. 22B）のいずれかが正しく接続されていない	センサーワイヤの接続を確認し、正しく取り付けられているかを確認
	電池が反応しない	新しい電池に交換

CONNECT WITH US

FOR FITNESS
ARTICLES, VIDEOS
& WORKOUTS



@SUNNYHEALTHANDFITNESS



@SUNNYHEALTHFITNESS



@SUNNYHEALTHFIT



/SUNNYHEALTHFITNESS



/SUNNYHEALTHANDFITNESS

WWW.SUNNYHEALTHFITNESS.COM