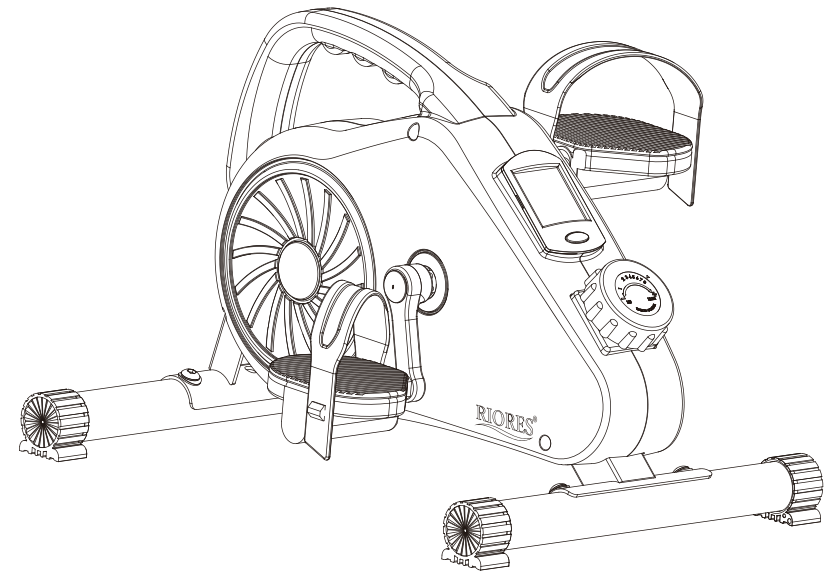


# AERO MINI BIKE

エアロミニバイク

取扱説明書



安全にお使いいただくために	P2
製品仕様	P3
梱包品	P3
パーツ名称	P3
組み立て方	P4
電池の入れ方	P6
モニター機能	P6
負荷の調整方法	P7
トレーニング	P7
お手入れ方法/点検	P9
保管方法	P9
保証について	P10

# 安全にお使いいただくために。

取扱説明書及び警告・危険・注意に関する全ての内容をお読みになりご使用ください。

## 警告

お取扱いを誤った場合、使用者または周囲が巻き込まれ**重症**または**死亡**する恐れが想定される事を指します。

本製品は健康な方を対象としています。以下に該当する方は使用を控えるか医師にご相談の上使用してください。

・現在医師の治療を受けている方や身体に異常を感じている方・知覚障害のある方・妊娠している、または妊娠の疑いがある方・血行/血管/血栓/心臓などの循環器系に障害のある方・内臓疾患など急性異常のある方・ペースメーカーなどの医療機器を身体に埋め込まれている方・呼吸器に異常のある方・高血圧の方・悪性腫瘍のある方・リウマチや関節炎など関節に異常のある方・骨粗しょう症や腰痛など骨に異常、または不安のある方・四肢や身体に痺れのある方

上記以外にも身体に異常や不安のある方は医師にご相談ください。

胸の痛みや吐き気、目眩、息切れなど身体の異常を感じたら直ちに使用を中止してください。不安な場合には医師の診察を受けてください。

1人での使用に不安のある方が使用する際は、安全のため成人の方(健常者)の介添えの下使用してください。

本製品において発生した事故、損害などの責任は一切負いかねます。ご了承ください。

## 危険

お取扱いを誤った場合、使用者または周囲が巻き込まれ**重症**または**死亡**する恐れがあり、かつその度合いが高い場合の事を指します。

本製品を本来の目的以外で使用しないでください。

本製品は家庭用です。公共の施設等で使用しないでください。

本製品は屋内用です。屋外での使用はしないでください。

十分なスペースのある安定した場所に設置してください。

分解・修理・改造は絶対にしないでください。

本製品を組み立てる際には、部品が全て揃っていることを確認してから組み立ててください。また、組み立て後はガタつきなどがないか確認してください。

本製品の組み立ておよび使用中の際には、部品や駆動部に指や手を挟んだり巻き込まないようにご注意ください。

使用前に本製品に損傷や異常、ネジなどの部品に緩みがないことを確認してください。

使用する際は周囲1m以内に人や障害物などがないか確認してください。

使用中はお子様やペットが近付かないようにしてください。駆動部に巻き込まれ怪我をする恐れがあります。

小さなお子様には使用させないでください。

本製品の上に立ったり乗ったりしないでください。

漏液した乾電池の液体が目に入った場合は直ちに洗い流し、医師の診察を受けてください。

## 注意

お取扱いを誤った場合、使用者または周囲が**怪我等をする恐れ**があり、さらに**物的損害**の発生が想定される事を指します。

本製品は定員1名です。定員を超過しての使用はしないでください。

本製品の耐荷重は120kgです。総重量が120kgを越えての使用はおやめください。

食前食後や飲酒後の使用、飲食・喫煙をしながらの使用はおやめください。

使用前には必ず準備運動を行い、使用後は水分補給をして十分に休息を取ってください。

床を保護するマットなどを敷いて使用してください。床の材質によっては傷や凹みが発生する恐れがあります。

運動に適した服装で使用してください。

乾電池の⊕と⊖を確認し、正しく入れてください。

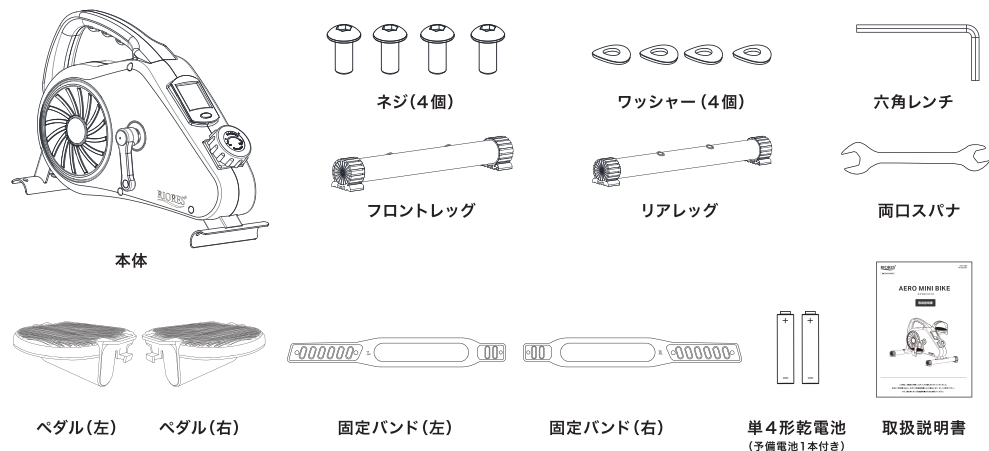
長期間使用しない場合は、乾電池を取り外してください。

埃の多い場所や直射日光の当たる場所、高温多湿な場所での保管はしないでください。

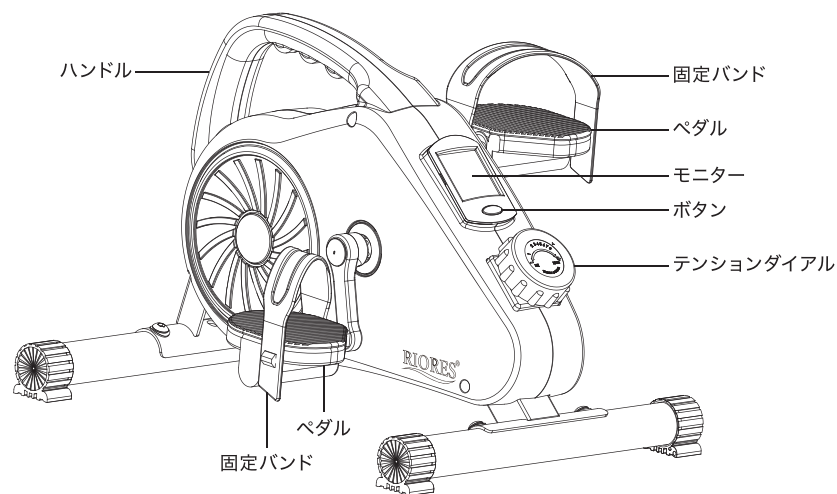
## 製品仕様

サイズ	約485×430×342mm	耐荷重	120kg
重量	約9kg	使用電池	単4形乾電池 1本
素材	ABS樹脂	生産国	中国

## 梱包品



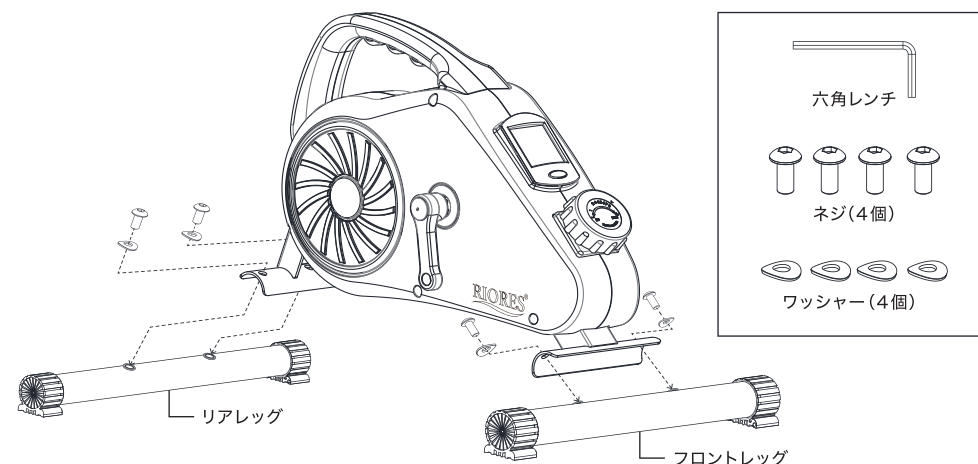
## パーツ名称



## 組み立て方

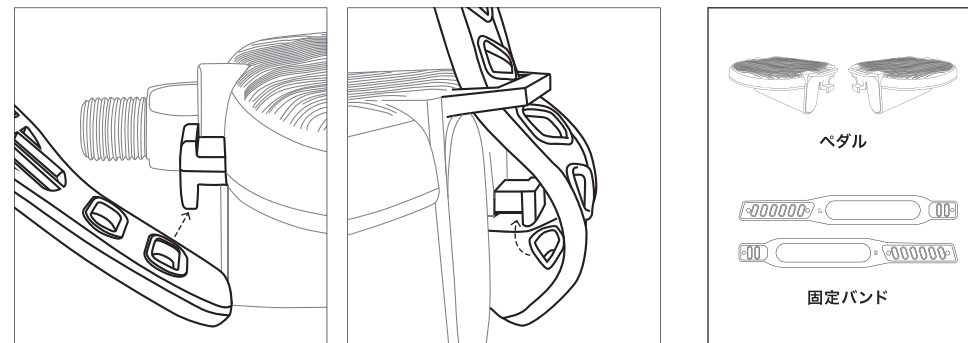
十分にスペースのある安定した場所で、床に傷や凹みが付かないようマットなどの上で組み立てを行ってください。

- 1 本体にレッグを固定します。ネジ穴が合うように本体とフロントレッグ・リアレッグを合わせ、ネジにワッシャーを通した状態で付属の六角レンチを使用して固定します。  
※まずは指で締める程度に仮止めし、フロントレッグ・リアレッグの両方を取り付けた後増し締めしてしっかりと固定してください。



- 2 ペダルに固定ベルトを取り付けます。ペダルのネジ側にある突起部に固定バンドの穴が2つの側を取り付け、通し穴のある方に固定バンドの調節穴が6つ開いている側を取り付けます。突起部の下側に穴を引っ掛けてから、固定バンドを上側に引っ張りつつ通してください。

※ペダルには【右】【左】のシールが貼り付けてあり、固定バンドには【R】【L】と印字されているので、【右】ペダルには【R】の固定バンドを、【左】ペダルには【L】の固定バンドを取り付けます。



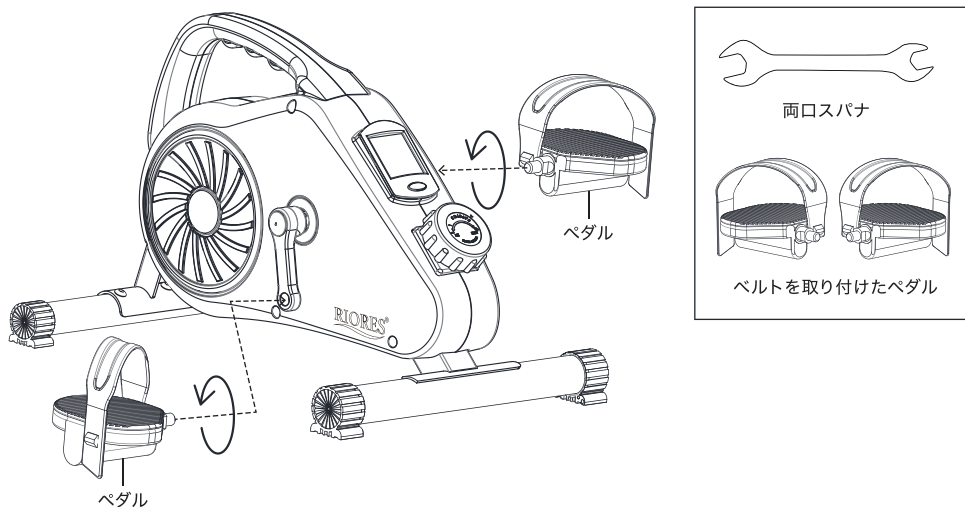
※足の大きさに合わせて取り付ける固定バンドの穴を調節してください。

3

2で組み立てたペダルを本体に取り付けます。

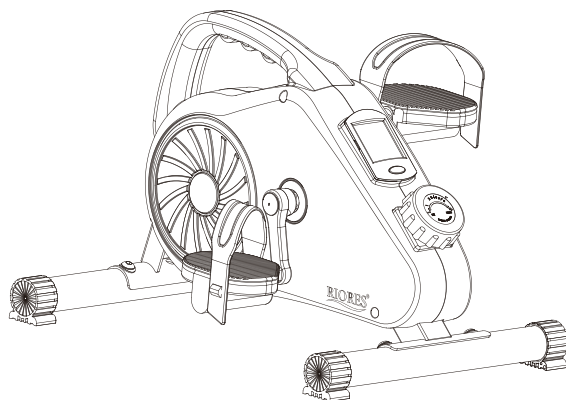
【右】ペダルは右へ、【左】ペダルは左へ付属の両口スパナを使用してしっかりと固定してください。

※【左】ペダルは逆ネジになっていますので、ボルトは左に回して固定してください。



## 完成

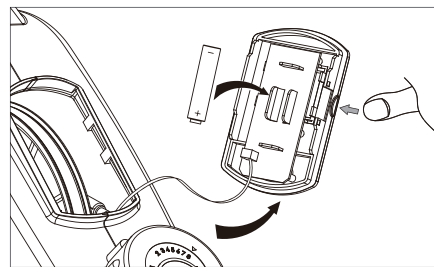
ネジやボルトに緩みがないか最終確認を行なってください。



## 電池の入れ方

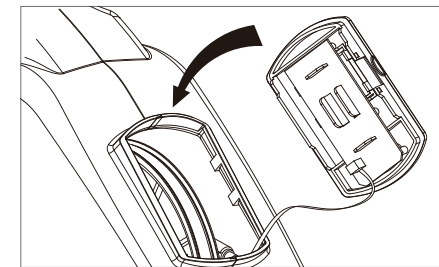
① モニターの両側にある凹部に指をかけてカバーを外し、裏側に単4乾電池を⊖を上向きにして差し込んでください。

※配線が繋がっていますので、切れたり外れたりしないよう優しく取り外してください。



② 先にカバーの上側を本体にはめ込んでから、下側もはめ込み、閉めてください。

※配線を挟まないようご注意ください。



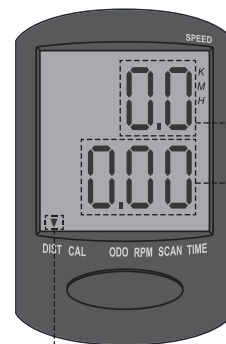
※付属しているもう1本の乾電池は予備として保管してください。

## モニター機能

- ・ ボタンを押すか、ペダルを漕ぎ始めるとモニターの電源がオンになります。
- ・ ボタンを押すごとに表示項目が左から順に選択されます。
- ・ 約6秒以上ボタンを長押しすると、ODO以外の全ての数値がリセットされます。  
※ODOは999.9kmまでいくと自動的に0にリセットされます。また、乾電池を取り外すとODOを含めた全ての項目がリセットされます。
- ・ 約4分間ペダルの回転やボタンの操作がされなければ自動的にモニターの電源はオフになります。

速度 (km/h) を表示します。

選択した各項目を表示します。



選択されている項目を指します。

DIST	走行距離(km)を表示します。
CAL	消費カロリー(cal)を表示します。 ※ペダルの負荷や速度などで消費カロリーには個人差があります。あくまで一般的な目安としてください。
ODO	総走行距離(km)を表示します。
RPM	1分間の回転数を表示します。
SCAN	6秒毎に全項目の数値を交互に表示します。
TIME	運動経過時間(m.s)を表示します。

## 負荷の調整方法



ペダルの負荷はテンションダイヤルで調整してください。  
負荷レベルは1～8まで調節することができ、レベル1が最も負荷が軽く、レベルを上げるごとに負荷が重くなっていきます。  
レベルを上げる場合は時計回りに、下げる場合は反時計回りに回してください。

## トレーニング

**運動開始前には必ず準備運動を行ってください。  
運動終了後は水分補給とクールダウンを行い、十分に身体を休めてください。**

**⚠️ 最初から全力で漕ぐと、心拍数が急激に上昇し大変危険です。**

初めて本製品をご使用になる方は、まずはレベル1の負荷で10分程の運動からスタートし、慣れてきたら負荷や時間を延ばしてください。また、漕ぐ力にはエネルギーを必要とします。過度な食事制限を行った上での運動は危険ですでおやめください。

### ストレッチ

運動開始前と終了後には脚や腕、肩などをよく伸ばしてください。

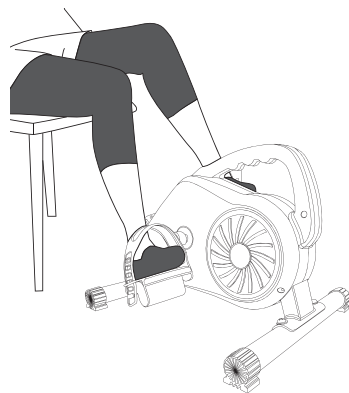


### ウォーミングアップ

10分程度、低めの負荷レベルで軽くペダルを漕いで体を慣らしてください。

### クールダウン

トレーニングが終わったら、負荷レベルを低くし数分間軽くペダルを漕ぎ続け、体を落ち着かせてください。



### 椅子に座りながら (お腹と足のトレーニング)

ペダルの位置と高さの合う椅子に姿勢良く座り、ペダルに足をかけて漕いでください。

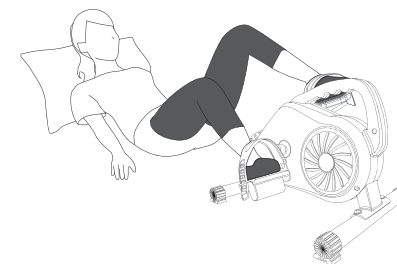
※テーブルなどの下に本体を置いて使用する場合は、膝をぶつけないよう高さにご注意ください。

※キャスター付きの椅子など、安定しない椅子では使用しないでください。



### 寝転びながら (足のトレーニング)

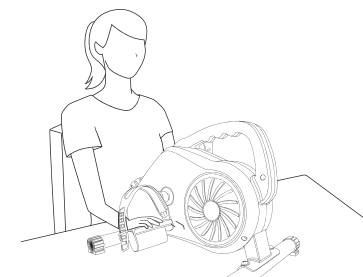
床やマットなどの上に寝転び、ペダルに足をかけて漕いでください。



### テーブルなどに置いて (肩と腕のトレーニング)

本体を十分にスペースのある安定したテーブルや台の上に置いて、ペダルを手で持ち漕いでください。

※耐久性の低いものや安定しない場所の上には置かないでください。



**⚠️ 巻き込みにご注意ください。**

回っているペダルには手を触れないでください。小さいお子様やペットがいるご家庭では、本製品に近づけないようにしてください。また、イヤホンや紐ぐつ、パーカーのような紐のついた衣類などを着用の際には十分にご注意ください。

## お手入れ方法 / 点検

- 本体に汚れがついた場合は、ご家庭の中性洗剤などをぬるま湯で薄め、布で優しく拭き取ってください。  
※シンナー・ベンジン・漂白剤等は使用しないでください。
- 定期的にネジおよびペダルの緩みがないか点検を行ってください。緩んでいた場合は、付属の工具でしっかりと締め直してください。

## 保管方法

- お子様の手の届かないところに保管してください。
- 高温でない、乾燥した埃の少ない場所に保管してください。
- 長期間使用しない場合は、乾電池を取り外してください。

## 保証について

初期不良または自然故障があった場合、製品が到着してから保証期間内であれば返金・交換の保証対象となりますので、お問い合わせ先にご連絡ください。保証期間を過ぎてしまった場合は対応致しかねます。ご了承ください。

保証期間	90日間		
製品到着年月日	年	月	日
お問い合わせ先	<b>【 店舗で購入されたお客様 】</b> ご購入された販売店へご連絡ください。	<b>【 インターネット等で購入されたお客様 】</b> 注文番号 と 店舗名 を控え、 ご購入された販売店へご連絡ください。	