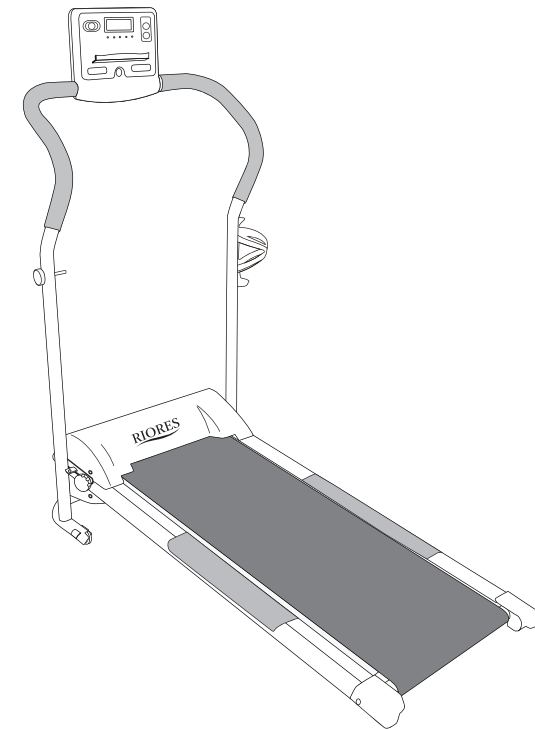


# ROOM RUNNER Max

ルームランナー マックス

取扱説明書



## 1年間保証

万が一、初期不良または自然故障があった場合は、製品が到着して1年以内であれば、返金・交換の保証対象となります。

1年以上過ぎてしまった場合ご対応は致しかねますので、ご了承ください。

### お問い合わせ先

- 店舗で購入されたお客様:ご購入された販売店へご連絡ください。
- インターネット等で購入されたお客様  
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。

この度は、本製品をお買い上げいただき誠にありがとうございました。  
安全にご使用いただく為にも、必ずこの取扱説明書をよくお読みになり、正しくご使用ください。  
また、読み終えました取扱説明書は大切に保管してください。

発売元:株式会社そうまファクトリー

〒210-0024 神奈川県川崎市川崎区日進町7-1 川崎日進町ビルディング10F

# 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** 誤った取り扱いをすると、使用者または周囲の人が死亡または重症を負う恐れが想定があることを指します。

- 本製品を本来の目的以外で使用しないでください。
- 本製品は家庭内での使用を想定したルームランナーですので、スポーツジムや教育機関、公共の場などの大人数での使用には適していません。ご家庭以外の場でご使用にならないでください。
- 本製品は屋内用です。屋外では使用しないでください。
- 本製品の耐荷重は110kgです。
- 1ヶ月に1回はモーターカバーを開け、乾いたタオルなどで埃などを取り除いてください。埃がたまりすぎると、作動した時に発火の原因となります。
- お手入れの際は必ず主電源をOFFにし、プラグをコンセントから抜いてください。
- 本製品を掃除・点検以外の目的で分解または改造をしないでください。感電・火災・マシンの誤作動が起こる恐れがあります。
- 使用後は必ず電源をOFFにし、コンセントからプラグを抜いて安全な場所に保管してください。
- 作動中に異音・異臭・本体への傷が見られた場合はすぐに使用を中止してください。
- 長期間使用しない場合は、高温・多湿な場所を避け日の当たらない場所に保管してください。

**危険** 誤った取り扱いをすると、使用者または周囲の人が死亡または重症を負う恐れがあり、かつその度合いが高い場合を指します。

- 本製品は定員1名です。危険ですので絶対に1名以上で使用しないでください。
- 作動中、使用者以外の方は本体やメーターに手を触れないでください。
- 歩く、走る以外の本来の目的にそぐわない、無理な体勢や動きで機体本体に負荷をかけないでください。
- 走行中、体の向きは操作モニターを正面にし、ご使用ください。
- 製品を使用する際は、アクセサリなどを外し運動に適した服装で行ってください。巻き込み事故の原因となります。
- 製品を使用する際は必ず平らな床面に設置してください。
- 使用する際は、周囲1メートル以内に人や障害物などがいないか、必ず確認してください。
- ハンドル部分に集中して体重をかけないでください。ネジの緩みや変形の原因となります。
- 動作後はモーター部分が熱を持っています。掃除や点検などでカバーを開ける際は、動作後十分に時間をあけて冷めた事を確認し、カバーを開けてください。

**注意** 誤った取り扱いをすると、使用者または周囲の人が傷害または物損の恐れが想定されることを指します。

- 小さなお子様一人では絶対に使用させないでください。
- ご高齢の方がご使用になる際は、必ず誰かが付き添い運動を行ってください。
- 製品を使用する際は準備体操をよく行い、ご自身の体調・体力に合わせ、無理のない運動を行ってください。  
(※体がまだ慣れていない状態で激しいスピードに設定すると、足がもつれ大きな怪我に繋がる恐れがございます。)
- 本体を設置する床の素材によっては傷や凹みが発生する場合がございます。本体の下にマットなどを敷いてご使用ください。
- 本製品は健康な方を対象にしている商品です。持病やお身体に不安のある方は、必ず使用される前にかかりつけの医師に相談の上ご使用ください。
- 運動をする際は髪の長い方は結び、運動に適した服装で行ってください。動きやすいシューズ等を履き、靴紐がベルトに巻き込まれないよう、紐のない靴をご使用いただくか、靴紐を固く結んで解けないようにし、ご使用ください。
- 運動するときは食前・食後十分に時間を空けて行ってください。

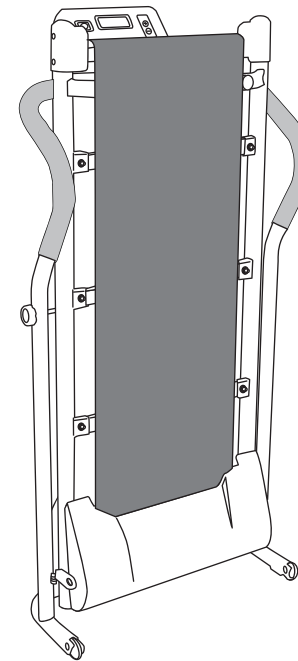
## 商品仕様

※商品の仕様や外見は予告なく変更となる場合がございます。

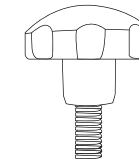
使用時サイズ	約1240*600*1140mm
収納時サイズ	約1190*600*270mm
重量	約22kg
素材	フレームと走行台：スチール    モーターカバー：ABS    ハンドルクッション：EVA ベルト：PVC    操作パネル：ABS    ドリンクホルダー：PP
対荷重	110kg
傾斜角	5°
推奨年齢	18歳～60歳
生産国	中国

## 梱包品

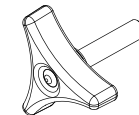
※組み立て前に部品をお確かめください。



本体



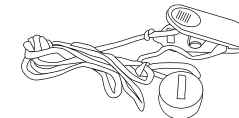
固定ネジ



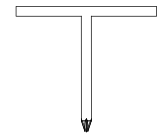
パネル固定ネジ



オイル



安全キー

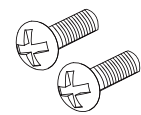


T字ドライバー

### ドリンクホルダーパーツ

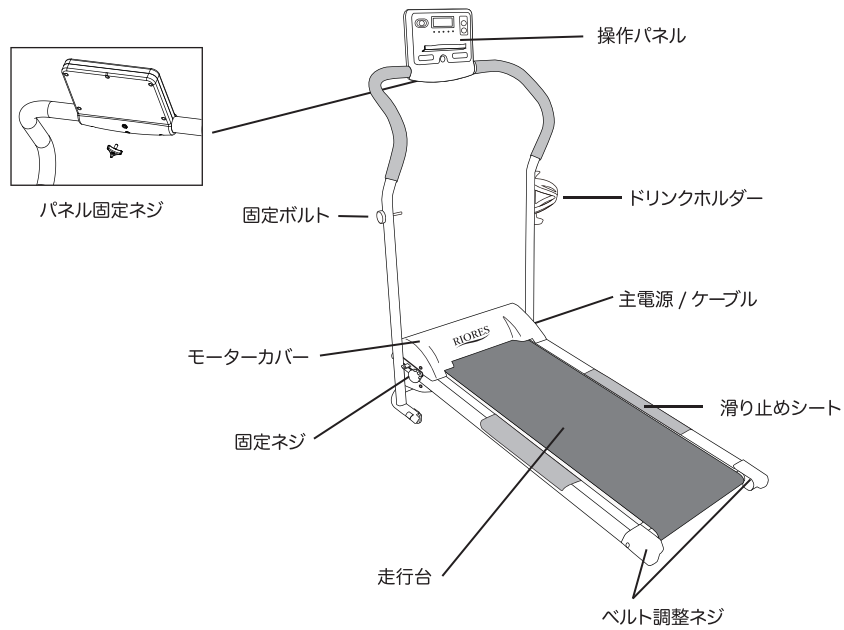


ドリンクホルダー



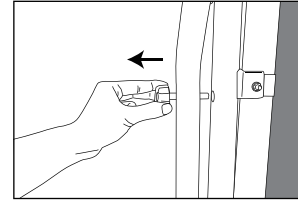
ドリンクホルダー用  
ねじ

## パーツの名称

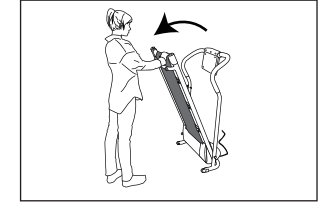


## 組み立て方

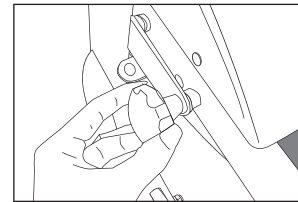
- ① 片手で走り台部分を抑え、本体固定ボルトを左へ引きます。  
※回さずに左へ引いてください



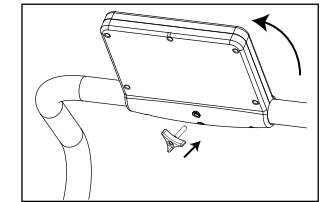
- ② 走り台のロックが外れますので、ゆっくりと床へ倒してください。



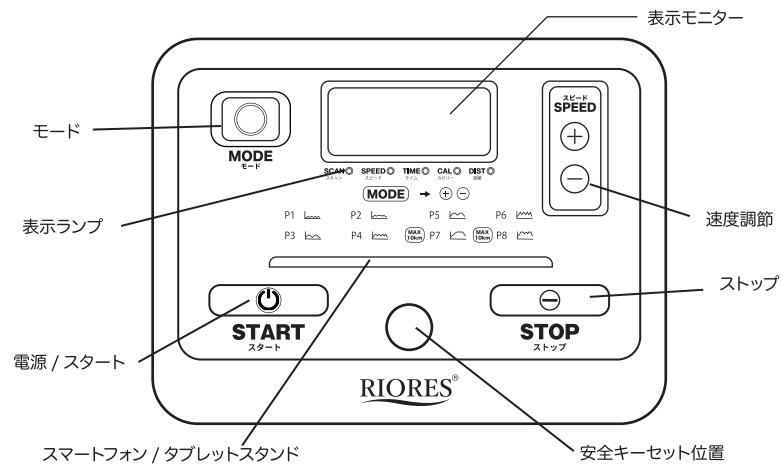
- ③ 走り台左側のネジ穴に固定ネジをしっかりと締めてください。



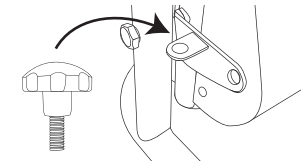
- ④ 操作パネルを前に起こし、本体とのネジ穴が重なるところでパネル固定ネジを挿します。



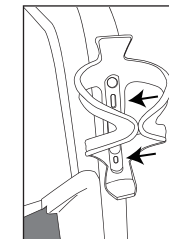
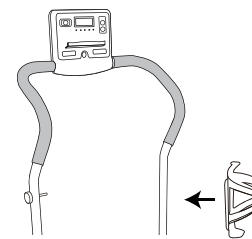
## 操作パネル名称



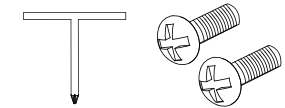
折りたたむ際は上記組み立てと逆の手順を行い、固定ネジは右図の場所にはめて保管してください。



## ドリンクホルダーの取り付け方



ルームランナーの右側側面に2つネジ穴があります。そこにドリンクホルダー用ネジ2つを側面の穴に挿し、T字ドライバーで固く締めてください。

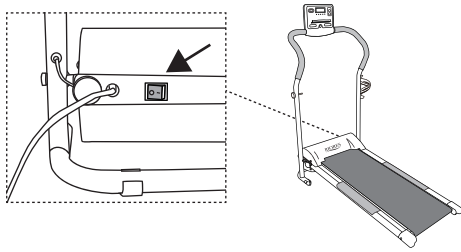


## 操作方法

### 運動を始める

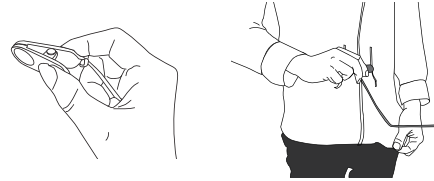
- ① 主電源がオフなのを確認してからプラグをコンセントに差し込み、主電源をオンにします。


※本体背面に主電源があります。



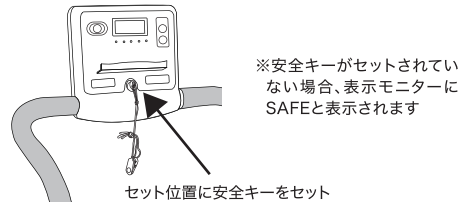
- ③ 待機モードになったら、服に安全キーのクリップを挟んでください。

※走行中安全キーが外れると、安全のため緊急停止します。



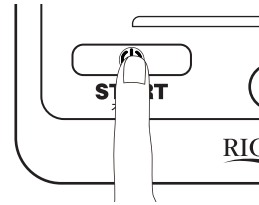
- ② 続いて安全キーを下図の指定のマグネット位置にセットします。表示モニターにF21と表示された後、となれば待機モードとなります。

※危険防止のため、安全キーをセットしなければ動作しません。



- ④ ノーマルモード、またはトレーニングモードを選択してから電源/スタートボタンを押して、運動を開始してください。

※ボタンを押して約3秒後に走行台が動き出します。



### ノーマルモード

電源をオンにしてそのまま電源/スタートボタンを押すとノーマルモードでの運動が開始します。速度調整ボタンでお好みの速度に調節して走ることが可能です。1~10kmまで自由に調節していただけます。

※最高運動時間は30分です。30分を過ぎると自動停止します。

### トレーニングモード

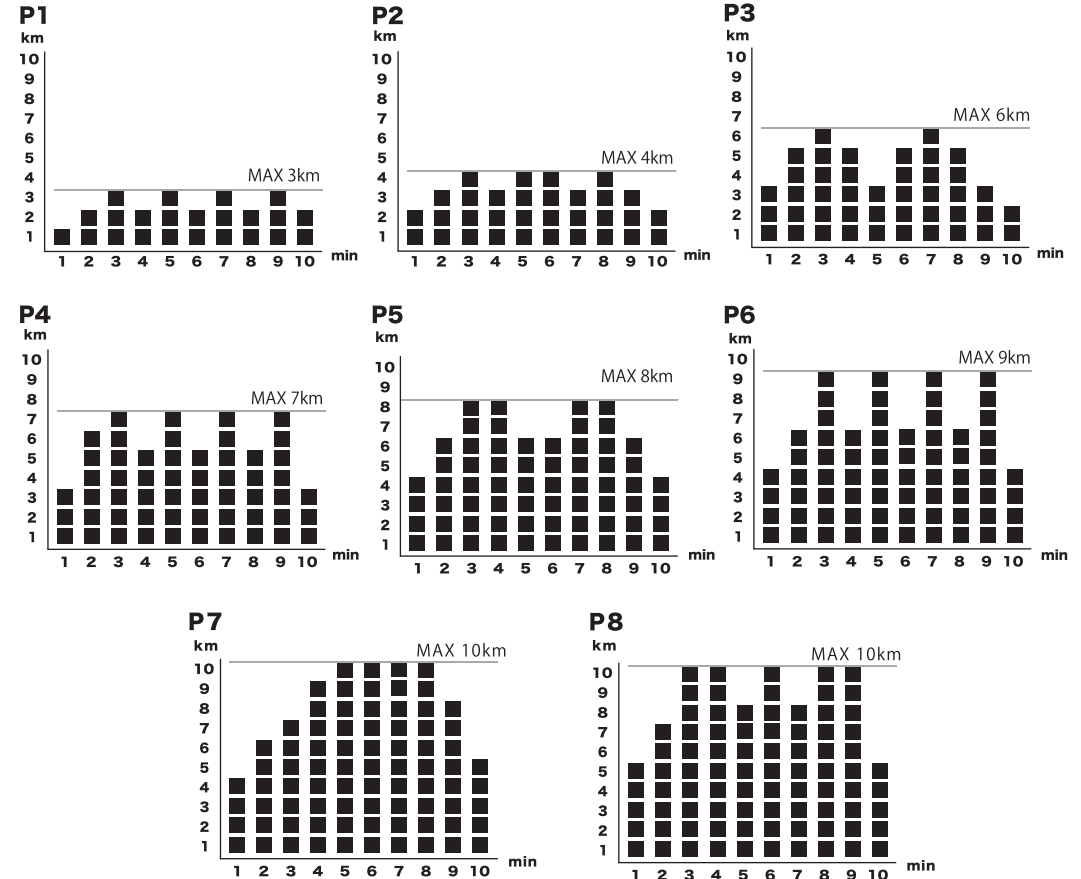
モードボタンを押した後、速度調節ボタンでP1~8のプログラムを選択し、電源/スタートボタンを押すとトレーニングモードが開始します。

選択したモードのプログラムに合わせて自動で速度が変わります。7ページ目のトレーニングプログラム一覧を参考にプログラムを選んでください。

※トレーニングモード中はスピードの調節はできません。

初期設定では10分でプログラムは終了します。トレーニングモードの時間を変更する場合は、プログラム選択後に再度モードボタンを押すと速度調節ボタンで5~30分の間で時間の変更が可能です。

## トレーニングプログラム一覧



## モニター表示切り替え

運動開始後、モードボタンを押すとモニターの表示を切り替えることが可能です。表示させたい項目を選択してください。

<b>SCAN</b>	全項目を順次表示します。	<b>CAL</b>	おおよその消費カロリーを表示します。
<b>SPEED</b>	現在の速度を表示します。	<b>DIST</b>	走行距離を表示します。
<b>TIME</b>	運動時間を表示します。		

## 運動を停止する

一時的に停止したい場合はストップボタンを押し、再開する場合は電源/スタートボタンを押します。完全に終了したい場合は、ストップボタンを押した後安全キーを外し、主電源をオフにしてからコンセントを抜いてください。

### 1回の運動の連続使用可能時間は最大30分、連続使用許容時間は60分です。

1回の運動で30分間経過すると自動停止します。その後連続して使用する場合でも60分以上の使用はしないでください。さらに運動を続けたい場合は、モーターの熱を下げるため、30分以上間隔を空けてから使用してください。

## 定期的なお手入れ方法

本製品を長く安全に使っていただくために、定期的なお手入れをお願いいたします。

### 警告

#### 感電・巻き込みの恐れあり

カバー内モーター部分のお手入れをされる場合は必ず主電源をOFFにし、プラグをコンセントから抜いてください。

#### 火傷の恐れあり

動作直後は内部のモータは大変熱を持っております。電源を切り、コンセントからプラグを抜き時間を置いてください。完全に冷えたのを確認してから作業を行ってください。

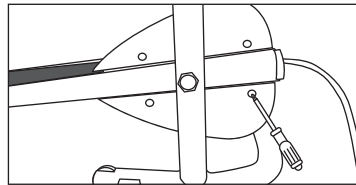
### 本体のクリーニング

手すりや走行台などに汚れがあった場合は、ご家庭の中性洗剤などをぬるま湯で薄め、布で優しくふき取ってください。

### モーター内部のクリーニング

モーターカバーの両側面にある計8箇所のネジをドライバーで外します。内部を柔らかい乾いた布等で溜まった埃やゴミを取り除いてください。

※モーター内部には埃がたまりやすくなっており、発火する恐れがございますので、1ヶ月に1度はカバーを開け、内部の埃などを取り除いてください。

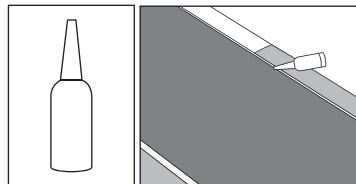


### 走行台のお手入れ

2週間に一度の頻度で市販のシリコンオイルスプレーまたは付属のオイルを走行台とベルトの間全体に適量をさしてください。

※ベルトの回転の滑りをよくすることで、走行をスムーズにし、モーターへの負担を軽減してくれます。

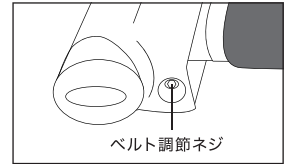
※オイルは絶対にお子様の手が触れない場所に保管してください。



## ベルト調節方法

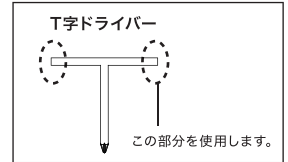
使用中だんだんとベルトがズれることがあります。その場合付属しているT字ドライバーを使用し、ベルト調節ネジを回し調節します。

- ① 電源を入れ、本体のベルトを回転させます。調節時は一番低いスピードで設定し、ベルトの位置を確認してください。

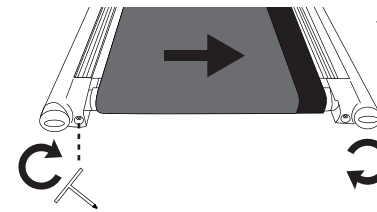


- ② 付属のT字ドライバーを使用し、ベルト調節ネジを時計周りに数回45°回します。

※大きく回し過ぎるとベルトも大きく動き、故障の原因となります

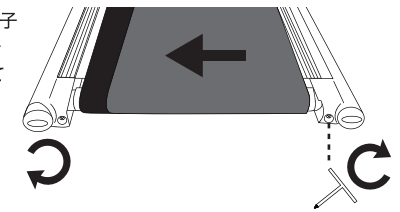


### ベルトを右にずらす



1. 左調節ネジを時計方向へ回す。
2. 右調節ネジを反時計方向へ回す。

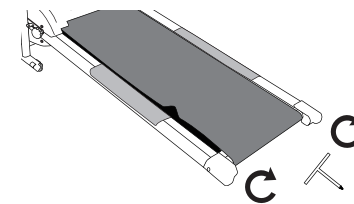
### ベルトを左にずらす



1. 左調節ネジを反時計方向へ回す。
2. 右調節ネジを時計方向へ回す。

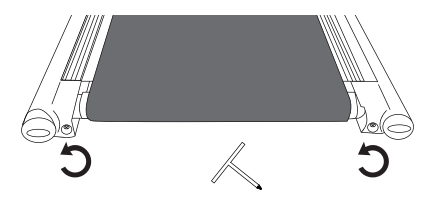
ベルトが回転する様子をみながら1と2を繰り返して調節してください。

### たるみを戻す場合



ベルト調節ネジを左右に同じ程度、均等になるまで時計回りに回してください。

### ベルトが張りすぎている場合



ベルト調節ネジを左右に同じ程度、均等になるまで反時計回りに回してください。



ベルト部分に大きく二重線が入っておりますが、ベルトをつなぎ合わせるためのものですので品質・強度には問題ありません。

