



# MERACH CC 3 Pro フィットネスバイク

取扱説明書

# 目次

安全上の注意事項	1
組み立て前の注意事項	1
組み立て時の警告と注意	2
使用中の警告と注意	2
手入れおよび保管上の警告と注意	3
部品および付属品リスト	4
付属品リスト	5
組み立て手順	6
Step1: フロントレグとリアレグを本体に固定する	6
Step2: ペダルを本体に固定する	8
Step 3, 4: ハンドルとハンドルポストを本体に固定する	10
Step 5: タブレット置台を固定する	12
製品の使用方法に関する説明	14
フットパッドの調整方法	14
電池の装着方法と指示灯の状態の説明	15
サドル調整の説明図	16
ハンドル調整の図示	17
負荷調整と移動の図示	18
製品詳細	19
よくあるご質問と運動アプリの使用説明	20
一般的な使用上の問題点	20
運動アプリの使用説明	20
保証規定	22

## 注意事項

必ず安全に配慮した上でご利用ください。

この取扱説明書に記載されている内容を十分にご理解いただき、ご自身の責任においてご使用ください。

\*お客様の不注意や過失による事故の責任は負いかねますのでご了承ください。

## 安全上の注意

- 本製品を安全にお使いいただくために、ご使用前にこの取扱説明書と「安全上のご注意」をお読みいただき、内容を十分にご理解ください。
- この取扱説明書に記載されている事項は、想定される傷害・損傷の程度に応じて、警告と注意の2段階に分けられています。内容をよくお読みになり、正しくお使いください。警告・注意事項を守らずに使用した結果、怪我や事故、商品の破損などが発生した場合、当社は責任を負いかねますのでご了承ください。ご了承ください。
- また、初めてご使用になる前に、この取扱説明書に記載されている警告・注意事項に遭遇した場合は、ご使用にならずに当社サービスセンターまでご連絡ください。

### 警告

適切な取り扱いをされないと、ユーザーが死亡または重傷を負う可能性がございます。

### 注意

誤った取り扱いをすると、ユーザーが負傷したり、財産の損失が発生したりする可能性がございます。

\* 状況によっては、「使用上の注意」に記載されている事項であっても、重大な結果につながる可能性がありますので、必ず内容を理解し、安全に使用してください。

この取扱説明書は、お使いになる方や他の方の怪我や損害を防ぐためのものです。よくお読みになり、いつでも閲覧・確認できる場所に保管してください。

## 組み立て前の注意事項

### 警告

### 1. 想定される本製品の使用シーン

本製品は一般家庭での使用を目的としています。学校やスポーツ施設などで、不特定多数の人が使用するものではありません。また、スポーツ以外の目的での使用はご遠慮ください。

### 2. 対象者

本製品は、健康な方が使用することを想定しています。以下のいずれかに該当する方は、トレーニングを開始する前に医療機関にご相談ください。

- 医学的治療を受けている、または身体に異常を感じている
- 心臓に疾患がある（狭心症、心筋梗塞など）
- 糖尿病
- 高血圧（降圧剤を服用している方を含む）
- 呼吸器系疾患（慢性気管支炎、肺炎腫、喘息など）
- 痛風、関節リウマチ、変形性関節炎
- 妊娠している方
- ペースメーカーなどの医療機器を使用している方
- 循環器系の疾患
- 過去の事故や病気などで背骨に異常がある
- 椎間板ヘルニア、脊椎分離症などに不安を感じている
- 足、背中、首、腕、脚などのしびれ
- 血行障害や血管障害
- リハビリテーションのために本製品の使用を検討している上記の場合を除き、体調が悪いときの使用はご遠慮ください。

### 3. 本製品の最大負荷重量は110kgとなっております。

110kgを超えてご使用になられると、製品の故障や事故の発生につながる恐れがあります。

# 安全上の注意事項

## 組み立て時の警告と注意

### 警告

1. 組み立てる前に、部品やボルト、ネジなどに歪みや割れなどがないか、必要な数の部品が揃っているかをご確認ください。上記の項目に変形やひび割れがあると、本製品の寿命に影響を与える可能性がありますので、その場合は組み立てを直ちに中止して、当社サービスセンターまでご相談ください。
2. 本製品を組み立てる際には、手や指を挟まれないように手袋を着用してください。また、床に傷つかないように、マットがある場所で作業することをお勧めします。一人で組み立てるのは危険ですので、必ず大人2人以上で行ってください。

3. ご自身での修理・改造は絶対に行わないでください。必要な部品を取り外した状態で使用すると、大きな事故につながる恐れがありますので、絶対に避けてください。

### 注意

1. 本製品を組み立てる際には、周囲に十分なスペースを確保してください。
2. 作業中、刃物や工具を使用する際、怪我には充分お気を付けてください。
3. 組立後、製品が安定していることを必ず確認。不安定な状態では絶対に使用しないでください。

## 使用中の警告と注意

### 警告

1. ご使用になる前に、本体やハンドルなどの部品がしっかりと固定されていることを確認してください。部品が緩んだまま使用すると、部品が脱落して大きな事故につながる恐れがあります。
2. トレーニング時には、自分の体に合ったトレーニングウェアをご着用ください。オーバーサイズのトレーニングウェアでは、衣類が製品に絡みつく可能性があります。また、素足やサンダルで使用しないでください。
3. 他人が本製品を使用している最中に、激しく振ったり押したりすると、転倒して大きな事故につながる可能性がありますので、ご注意ください。
4. トレーニング中は、バランスを崩して転倒する恐れがありますので、安定した場所に置いてください。
5. トレーニング以外の目的でのご使用はおやめください。脚立や踏み台代わりに使用すると、転倒し、怪我や物品の損傷につながる恐れがあります。

6. 複数の人が同時に使用することは、非常に危険ですので、避けてください。
7. 周囲に幼児やペットがいるときには使用しないでください。本製品を使用する前に、周囲の状況をよく観察し、トレーニングを開始しても問題ないことをご確認ください。
8. 使用中や使用後に身体に異常（めまい、吐き気、冷や汗、心拍異常、頭痛、胸の圧迫感、激しい関節痛や筋肉痛など）を感じた場合は、直ちにトレーニングを中止し、医師の診断を受けてください。
9. 小さなお子様をご使用になられる場合は、挟み込みや落下による怪我に十分ご注意ください。
10. 壁や柱などにぶつかってケガをしないよう、広い場所でご使用ください。
11. 本製品には高さ調整部分があります。高さを調整する際は、上限を超えないように注意してください。
12. 90分以上での連続使用は避けてください。

# 安全上の注意事項

## 使用中の警告と注意

### 注意

1. 屋外では使用しないでください。湿気やほこりの多い場所での使用は、製品の錆びや故障の原因となります。
2. バランスを崩して重大な怪我をする恐れがありますので、広くて水平で安定した場所に設置してください。

3. 本製品は、保護マット(本製品には含まれていませんので、別途ご用意ください)の上で使用することをお勧めします。本製品のゴム部分が床に跡を残さないために、下にフィルムを貼って床を保護することがお勧めです。
4. 本製品の負荷は常に固定されており、動作時の回転速度とは関係ありません。

## 手入れおよび保管上の警告と注意

### 警告

1. 直射日光の当たる場所や、風雨にさらされる場所、湿度の高い場所には置かないでください。また、小さなお子様の手の届かないところに保管し、必要に応じて梱包をしてください。
2. 長期保管後、本体にサビやひび割れがないことを必ずご確認ください。
3. 通常のメンテナンスでも、消耗品は摩耗により劣化することがありますので予めご了承ください。

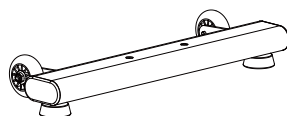
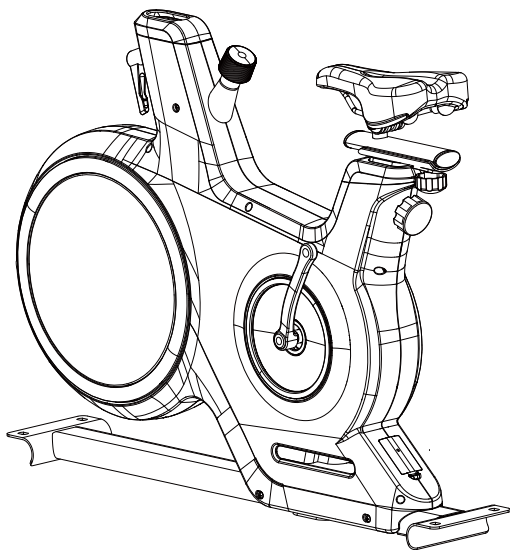
### 注意

1. 本製品の寿命を延ばすために、定期的に拭いてください。  
製品を拭く際に、ガソリンや研磨剤などを使用したり、水を直接かけたりしないでください。部品や本体の割れ、感電、発火などの恐れがあります。  
お手入れには薄めた中性洗剤をお使いください。

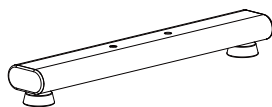
# 部品および付属品リスト

必ず各部品・付属品が揃っていることをご確認ください。

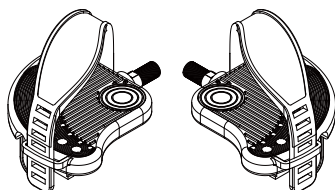
本体×1



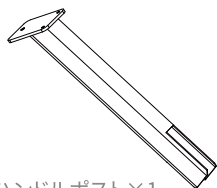
フロントレッグ×1



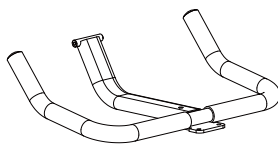
リアレッグ×1



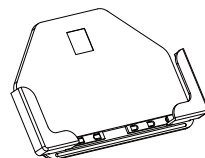
ペダル×2



ハンドルポスト×1



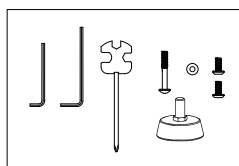
ハンドル×1



タブレット置台×1



ハンドルカバー×1



スクリーキット×1

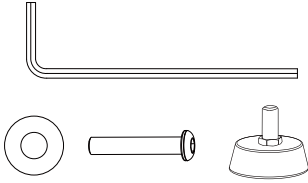


取扱説明書×1

# 付属品リスト

必ず揃っていることをご確認ください。

## ステップ1



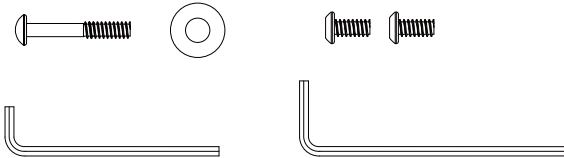
六角スパナ①×1  
 ワッシャー×4      六角穴付き平丸ボルト×4  
 \*ワッシャーとボルトはあらかじめレッグに仮止め済です。  
 フットパッド×1

## ステップ2



十字レンチ②×1

## ステップ4

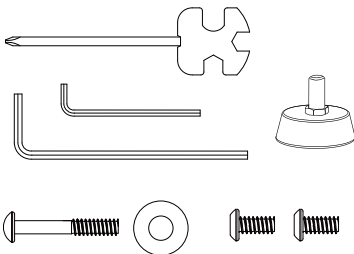


m8×40Lボルト×1  
 m8×40Lワッシャー×1  
 m6×12Lボルト×2  
 六角スパナ①×1  
 六角スパナ③×1

## ステップ5



M6ボルトセット×2  
 六角スパナ③×1  
 \*あらかじめハンドルポストに仮止め済です。

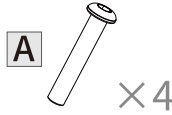
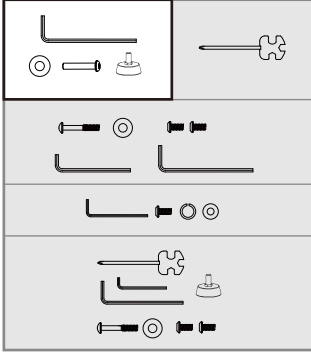


六角スパナ①×1 Step1で使用、Step4で使用  
 十字レンチ②×1 Step2で使用  
 六角スパナ③×1 Step4、Step5で使用  
 m8×40Lボルト×1 Step4で使用  
 m8×40Lワッシャー×1 Step4で使用  
 m6×12Lボルト×2 Step4で使用  
 フットパッド×1 Step5で使用

# 組み立て手順

## ステップ1で使用する部品のリスト

ステップ1で使用するパーツやキット



\*あらかじめレッグに仮止め済です。

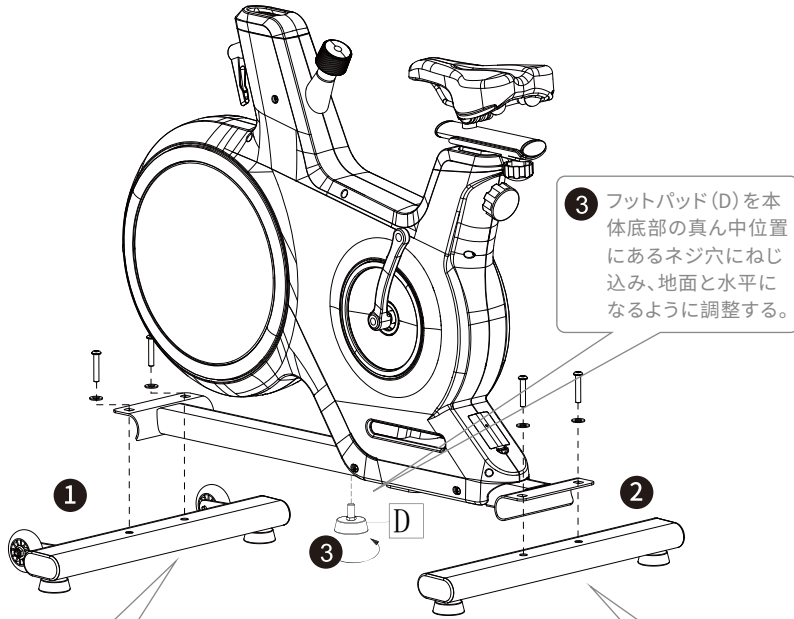
ステップ1で使用するパーツ

<p>本体×1</p>	<p>フロントレッグ×1</p>
<p>リアレッグ×1</p>	<p>ペダル×2</p>
<p>ハンドルポスト×1</p>	<p>ハンドル×1</p>
<p>ハンドルカバー×1</p>	<p>スクリューキット×1</p>
<p>タブレット置台×1</p>	<p>取扱説明書×1</p>

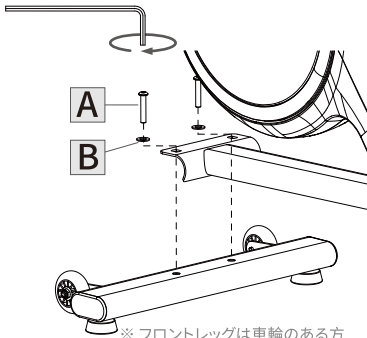


# 組み立て手順

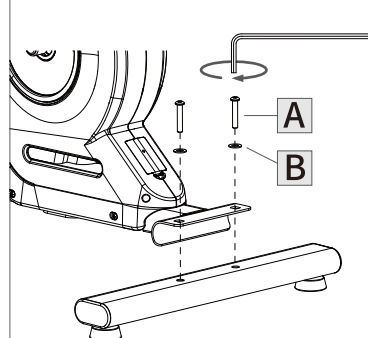
## Step1: フロントレグとリアレグを本体に固定する



- ① フロントレグの取り付け方法:  
六角ボルトAとワッシャーBを使用し、六角スパナ①でフロントフットを本体に固定する。



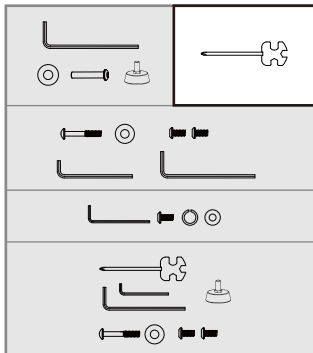
- ② リアフットの取り付け方法:  
六角ボルトAとワッシャーBを使用し、六角スパナ①でフロントフットを本体に固定する。



# 組み立て手順

## ステップ2で使用する部品のリスト

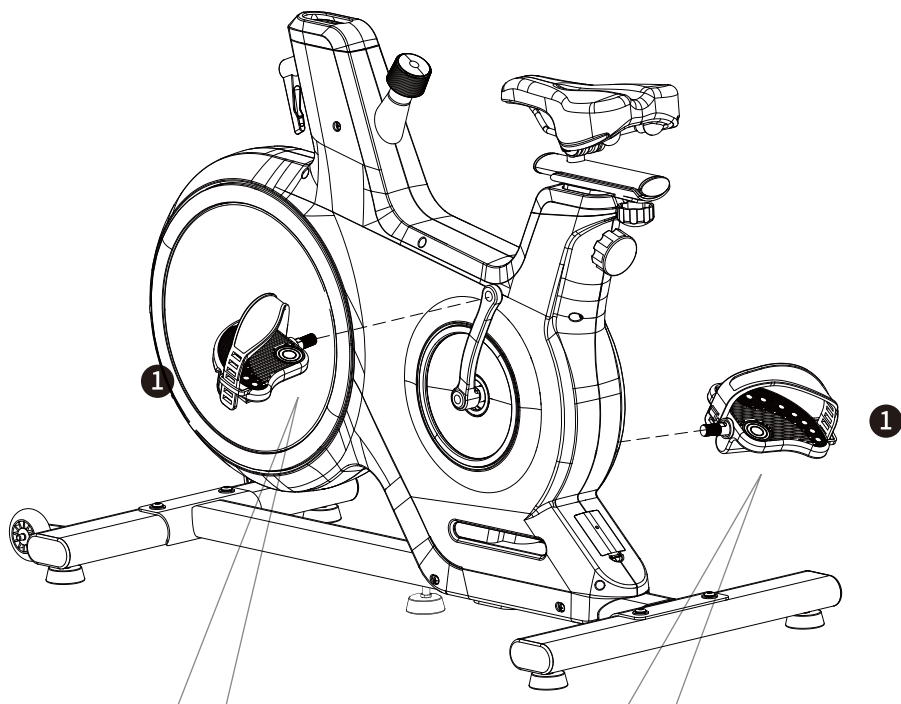
ステップ2で使用するパーツやキット



ステップ2で使用するパーツ

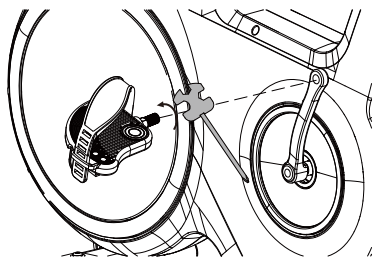
<p>本体×1</p>	<p>フロントレッグ×1</p>	
<p>リアレッグ×1</p>	<p>ペダル×2</p>	
<p>ハンドルポスト×1</p>	<p>ハンドル×1</p>	<p>タブレット置台×1</p>
<p>ハンドルカバー×1</p>	<p>スクリューキット×1</p>	<p>取扱説明書×1</p>

## Step2:ペダルを本体に固定する



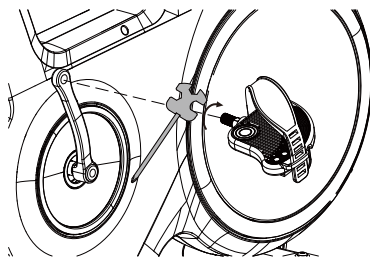
### 1-1 左ペダルの固定:

左ペダル(Lマーク)を、矢印の回転方向に沿ってレンチ②でクランクに固定する。



### 1-2 右ペダルの固定:

右ペダル(Rマーク)を、矢印の回転方向に沿ってレンチ②でクランクに固定する。

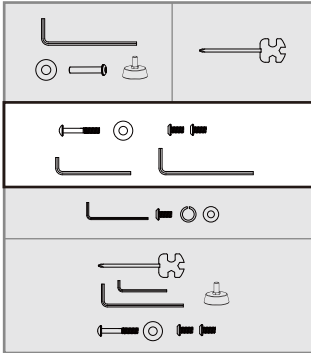


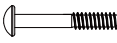

※注意:ネジが緩んでいると、本製品に不可逆的な損傷を与える可能性がありますので、ネジはしっかりと締めてください。

# 組み立て手順

## ステップ3,4で使用する部品のリスト

ステップ3,4で使用するパーツやキット



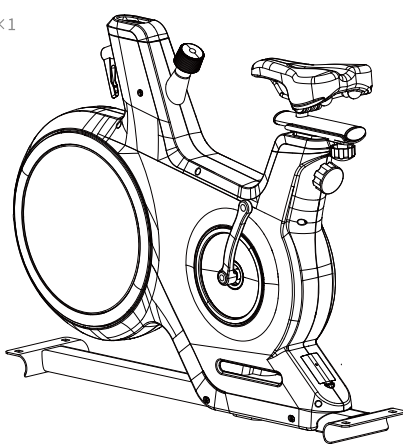

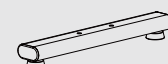
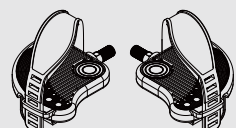



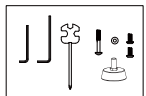
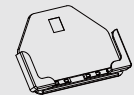

**A**  ×1  
 ×1

 六角スパナ①×1

**B**  ×2

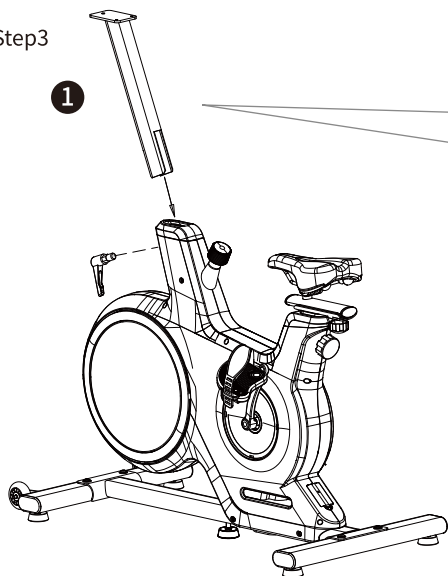
 六角スパナ③×1

ステップ3,4で使用するパーツ

<p>本体×1</p> 	 <p>フロントレッグ×1</p>
 <p>リアレッグ×1</p>	 <p>ペダル×2</p>
 <p>ハンドルポスト×1</p>	 <p>ハンドル×1</p>
 <p>ハンドルカバー×1</p>	 <p>スクリューキット×1</p>
 <p>タブレット置台×1</p>	<p>取扱説明書×1</p> 

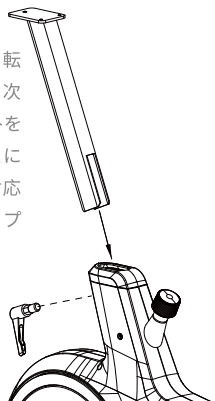
## Step 3, 4: ハンドルとハンドルポストを本体に固定する

Step3

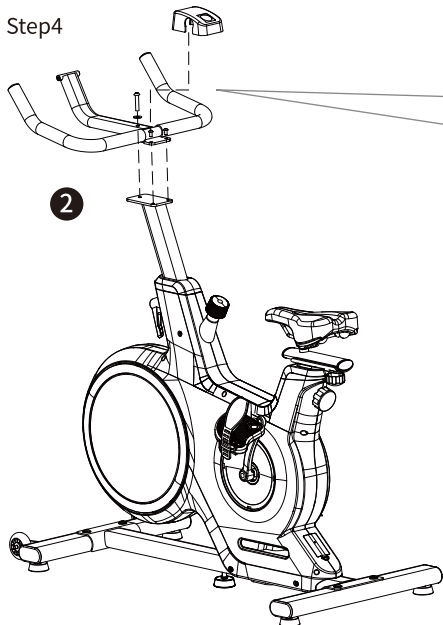


①

まずプラグを回転させて抜き取り、次にハンドルポストを本体のフレームに挿入し、高さに対応の穴に調整して、プラグを締めます。

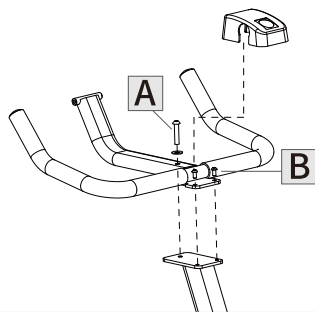


Step4



②

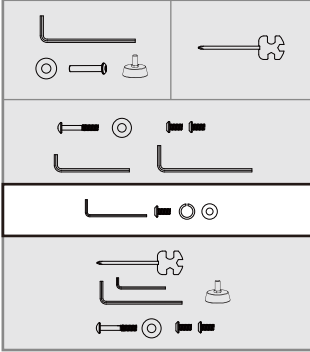
m8×40Lのワッシャーとボルトを図の順に組み合わせ(図示A)、m6×12Lのボルト2本(図示B)をそれぞれハンドルポストの穴に差し込み、六角スパナ(①、③)でそれぞれボルトを締め付け、最後にハンドルカバーをかぶせる。



# 組み立て手順

## ステップ5で使用する部品のリスト

ステップ5で使用するパーツやキット



六角スパナ③×1

×2

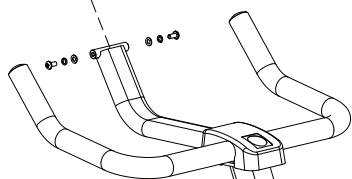
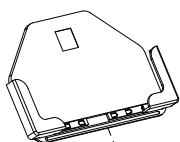
\*あらかじめハンドルポストに仮止め済です。

ステップ5で使用するパーツ

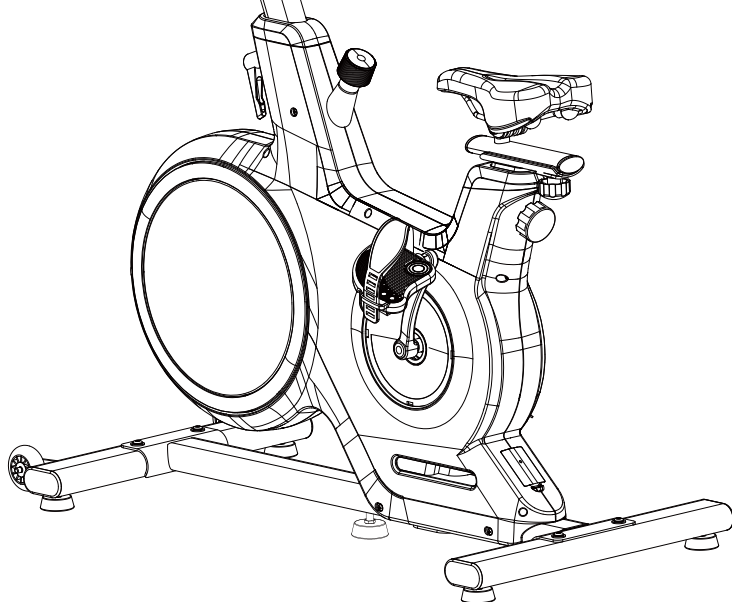
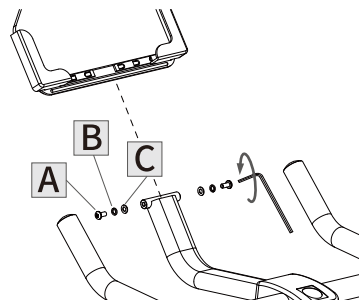
<p>本体×1</p>	<p>フロントレッグ×1</p>
<p>リアレッグ×1</p>	<p>ペダル×2</p>
<p>ハンドルポスト×1</p>	<p>ハンドル×1</p>
<p>ハンドルカバー×1</p>	<p>スクリューキット×1</p>
<p>タブレット置台×1</p>	<p>取扱説明書×1</p>

# 組み立て手順

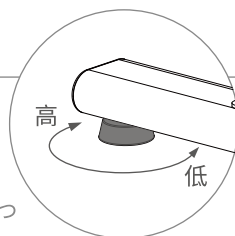
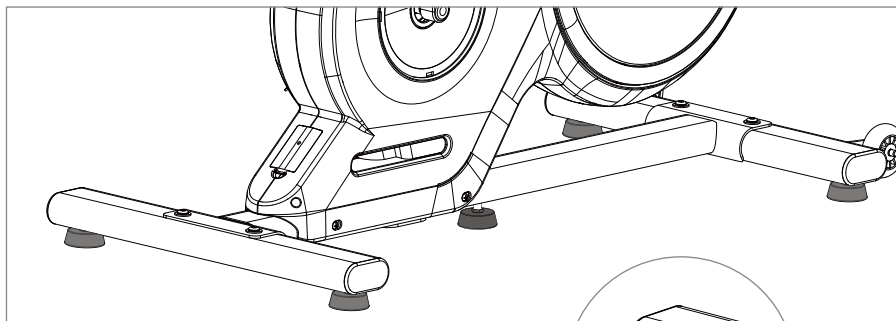
## Step 5: タブレット置台を固定する



まず、ハンドルにある2つのボルト穴をタブレット置台に合わせ、置台の左右にボルトA、スプリングワッシャーB、ワッシャーCを手でセットしてから、六角スパナ③で締め付ける。



## フットパッドの調整方法



説明:

本体のバランスが悪いときには、フロント・リアレッグにある4つのフットパッドで本体の高さを調整することができます。

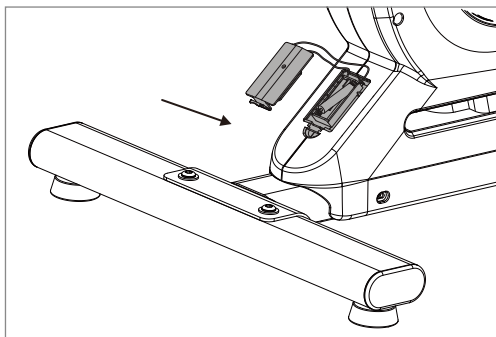
フットパッドを地面に完全に支えられるように回転させると、本体の揺れを防ぐことができます。



## 電池の取り付け

本体背面の電池カバーを開けて電池(テスト用)を装着し、カバーを閉じる。

Bluetoothの信号がない場合や接続できない場合は、ペダルを回してBluetooth指示灯の様子を確認してください。指示灯が60秒以上経っても点滅しない場合は、電池を交換してください。



※テスト用の電池は一度使用后、新しい電池に取り替えてください。

## 指示灯の状態の説明

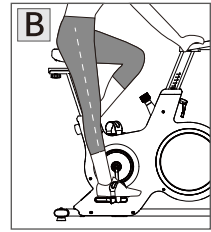
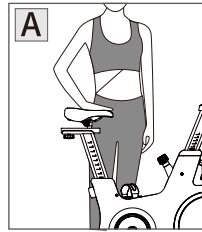
- 消灯: Bluetoothがスリープまたはバッテリー切れの状態です。
- ゆっくり点滅: Bluetoothが待機状態であり、この時点で接続可能(ペダルを2回踏むとBluetoothが待機状態になる)。
- 点滅: Bluetoothが接続されています。Bluetoothとアプリは、運動を一時停止してから1分後に自動的に切断されます。

# サドル調整の説明図

## サドルの位置を正しく設定する

### ● サドルの高さ

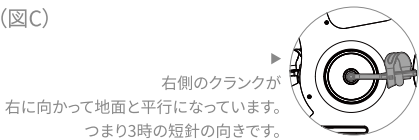
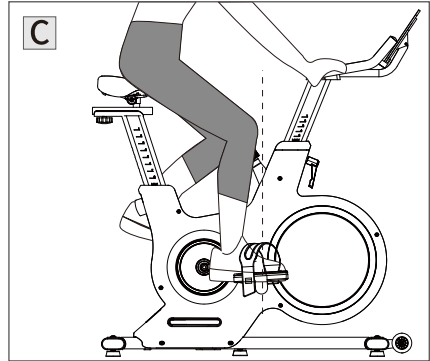
両足を揃えてサドルの横にまっすぐ立ち、サドルがお尻と同じ高さになるように調整し(図A)、サドルに座ってかかとでペダルを踏み、足が真下に来たところで止めて、太ももを完全に伸ばした状態にする。(図B)



### ● サドルの前後の位置

靴を履いた状態で、右足をペダルと固定用ストラップに入れます。

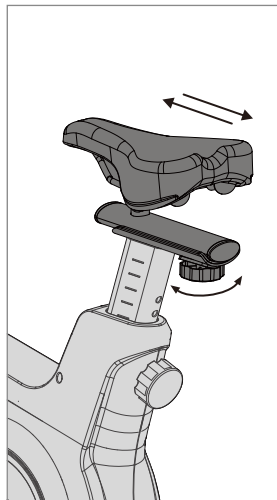
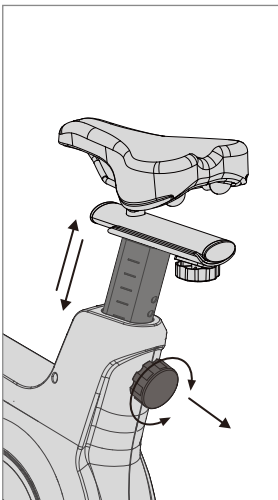
ペダルが時計の短針の3時の位置を指している状態に、膝の前がペダルと垂直に接していれば、サドルは正しい位置に調整されています(図C)



右側のクランクが

右に向かって地面と平行になっています。  
つまり3時の短針の向きです。

## サドルの調整



### ● 上下方向の調整

片手でテンションダイヤルを回し、少し緩めて外側に引き出します。もう一方の手でサドルをつかみ、適切な高さに調整した後、サドルをちょっとに上下させて「カチャッ」と音がしたら、サドルがロック可能な状態になり、テンションダイヤルを締め直します。

### ● 前後方向の調整

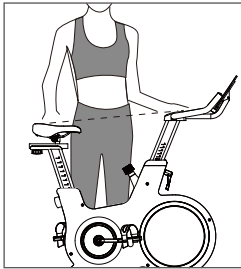
サドル底面のノブを緩め、サドルを前後にスライドさせて正しい位置に調整してからノブを締め直します。

# ハンドル調整の図示

## 正しくハンドルの高さを設定する

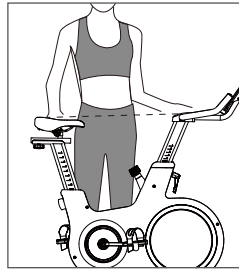
自分の身長や乗車経験に合わせて、ハンドルを適切な高さに設定することができます。

### ● 推奨設定方法



初めての方

ハンドルをサドルより少し高い位置に調整する



経験者の方  
ハンドルをサドルと同じ高さ、またはサドルより少し下の高さに調整する

\* 椎間板ヘルニアや脊椎剥離などが気になる方は、ご使用前に医者と相談ください。また、本製品を使用する際には、初めての方よりもハンドルを高い位置に調整することをお勧めします。

## ハンドルの高さ調整について

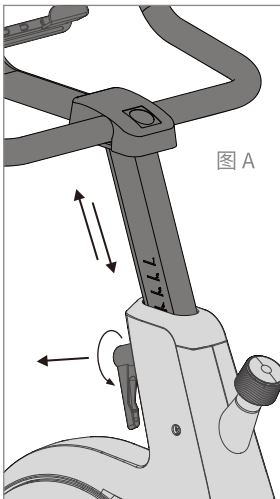


図 A

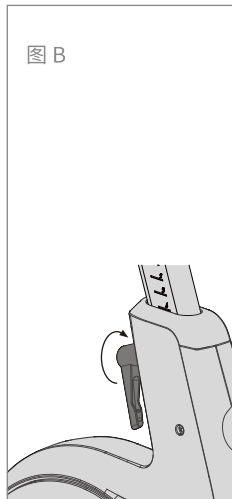


図 B

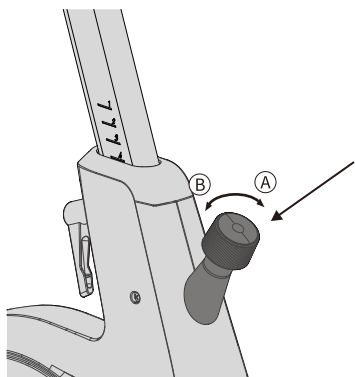
ハンドルの高さは自分の身長に合わせて調整できます。

プラグを回して外し、外側に引き出せると、ハンドルのポストを上下に動かすことができます(図A)。

高さを調整できたら、プラグをハンドルポストの穴に合わせ、時計回りに回して締めます(図B)。

\* 潤滑油を使えば、ハンドルポストの高さをよりスムーズに調整することができます。この時、手を汚さないようにハンドルポストをふれないようご注意ください。ハンドルポストがスムーズに上下しない場合は、潤滑油の使用を推奨します。

## 負荷調整とブレーキの使い方



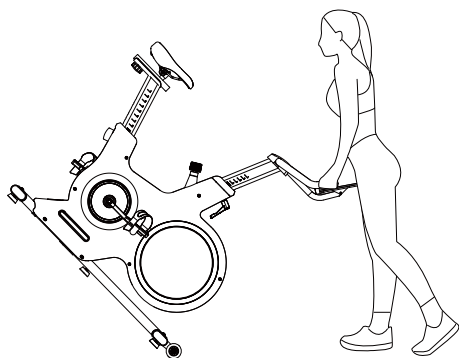
### ① 負荷調整

負荷調整ノブを時計回りに回すと負荷が大きくなり(A)、反時計回りに回すと負荷が小さくなります(B)。体力に合わせて負荷を調整してください。

### ② ブレーキの使い方

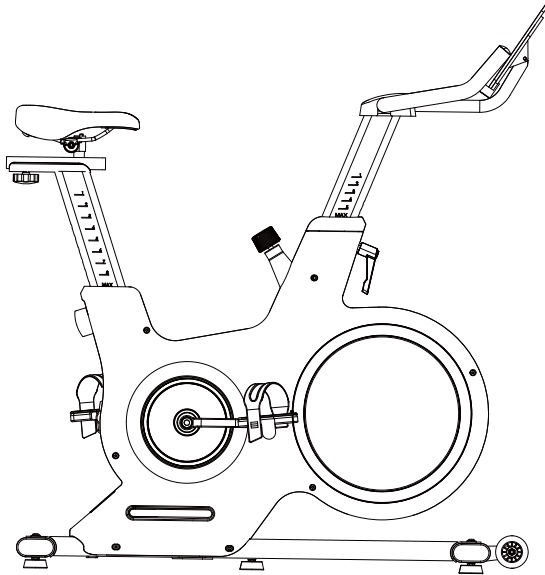
走行中に一定の速度に達した後、停止したい場合は、ノブに手を添えて押し下げると、車輪に徐々に抵抗が加わって停止させることができます。

## 製品の移動



製品を移動させる際は、ハンドルの前部を握り、フロントレグの移動輪が地面に完全に接触できるように押し下げます。また、製品を完全に持ち上げて移動することもできます。力の弱い女性や高齢者の方は、足でフロントレグを固定してから、ハンドルの前部を押し下げるとより楽となります。持ち上げられましたら、移動は簡単になります。降ろす際も同じように足でフロントレグを固定してから操作するほうがより楽となります。正しい位置に移動させられましたら、ゆっくりと設置をしてください。

## 製品詳細



抗力方式	マグネット制御式
対応身長	150cm～190cm
耐荷重	110kg
連続動作時間	無制限
正味重量	30kg
総重量	34.5kg
製品寸法	L1220mm W507mm H1150mm
パッケージ寸法	L1065mm W270mm H800mm
サドル高さ調整	11段階
サドルの前後調整	75mm
ハンドルの高さ調整	6段階

## 一般的な使用上の問題点

症状	確認方法
ペダルを踏む際異様な音がする	ペダルが締まっていることを確認してください。ペダルが完全に締まっておらず、音がする場合があります。

## 運動アプリの使用説明

### ●「Tuya Smart」アプリダウンロード



### ●アプリ接続

1. スマホのBluetooth機能をオンにしてください。アプリロゲインできましたら、「デバイスの追加」→「自動スキャン」の順にタップしてください。

2. 「自動スキャン」をタップしてから、画面にスピンバイクのアイコンが出るまでスピンバイクを漕いでください。(漕ぐと、指示ライトが点滅するようになっていきます。ライトが点滅すると、バイクのBluetoothが起動し、スマホとのペアリングが可能となります。)



QRコードを読み込むと、アプリの接続と使用の詳細動画が見れるようになります。

#### ご注意:

新デバイスをスピンバイクとペアリングする際に、以前登録したデバイスでアプリの「デバイスを削除」を選択し、解除をする必要がございます。

### ●Bluetooth接続リセット

他のスマホ・タブレットに接続済みの状態でデバイスが削除不能場合にご利用頂きます

1. バイクと接続したいスマホ・タブレットで、「デバイスを削除」を選択して、前の連携を解除します。接続したことがないもしくは解除済みの場合は次の手順に進みます。

### 運動アプリの使用説明

2、バイクをすこし漕ぎ、ライトを点滅させます。

3、バッテリーの蓋を開けて、電池を一本取り外し、二秒経ってから電池を取り付け直します。取り付けて一秒経ったらまた取り外します。このようにインジケーターが5秒点灯するまで取り外しを3回以上繰り返すとBluetoothのリセットが完了となります。お手元のスマホ・タブレットで検索ができるようになります。

#### ●ファームウェアを最新バージョンに更新する

近い未来、ファームウェアをアップグレードすることによって、アプリに無料フィットネス授業や各トレーニングモードなどの新機能を加えていきます。どうぞご期待ください。新しいバージョンのファームウェアが公開されましたら、エアロバイクと接続する際に、ファームウェアアップグレードの提示が表示されるようになっています。画面に沿ってファームウェアを更新してください。

## メーカー保証

このたびは、MERACHシリーズをお買い上げいただきありがとうございます。

本製品の保証は、購入後に所有者として登録された製品にのみ適用され、通常の方法で人為的な損害を与えずに使用した場合に限定されます。

1年間の保証を有効にしたり、製品の使用に関するヘルプを表示したりするには、右側のQRコードをスキャンするか、merach-jp.comにアクセスしてください。



### A. 保証期間

保証期間はご購入日から12ヶ月間です。保証書の発行には登録が必要です。このアフターサービスは、故障後にオーナー登録をした場合にも適用されます。保証期間を過ぎたものや購入した中古品は、保証の対象外となりますが、有償で処分することができます。

### B. 保証内容

1. 保証期間中に取扱説明書に従った使用により生じた故障は、無償で修理いたします。
2. 保証期間内であっても、C項目に該当する場合は、保証対象外となり有償修理となります。
3. 不具合が発生した場合：販売店または弊社サポートセンターにご連絡ください。私たちが代わりにお世話をします。

### C. 保証の対象外となる事項

1. 取扱説明書に記載されている正しい使用方法以外で使用したために故障した場合。
2. 不適切な改造や保守による本体の故障や損傷。
3. 輸送、設置時の落下、購入後の事故などによる機械の故障や損傷。
4. 不適切な保守・メンテナンスや不適切な保管による問題が発生した場合。
5. 地震、火災、台風などの暴風洪水、落雷などの天災により、ホーベンが故障または破損した場合。
6. 家庭での使用以外の理由で、機械が故障または破損した場合。
7. 本保証は、日本国内で使用される場合にのみ適用されます。日本国外での使用は保証の対象外となります。
8. 薬品、雨、氷、石、塩などの異物による誤動作や破損。
9. 長年の使用に伴う経年劣化による故障や損傷。

### D. その他の注意事項

1. 修理・交換期間中の代替機の貸し出しは行いません。ご了承ください。
2. 万が一、保証対象外の機械があった場合は、返送料を請求させていただきます。ご了承ください。
3. 保証に関してご不明な点やご質問がございましたら、弊社サポートセンターまでお問い合わせください。

保証用電子メール: service.jp@merach.com    電話番号: 070-8591-6097



Zhejiang Yulu Electronic Technology Co., Ltd.

〒542-0083 大阪市中央区東心齋橋1-2-17

第一住建東心齋橋ビル203号室

[service.jp@merach.com](mailto:service.jp@merach.com)