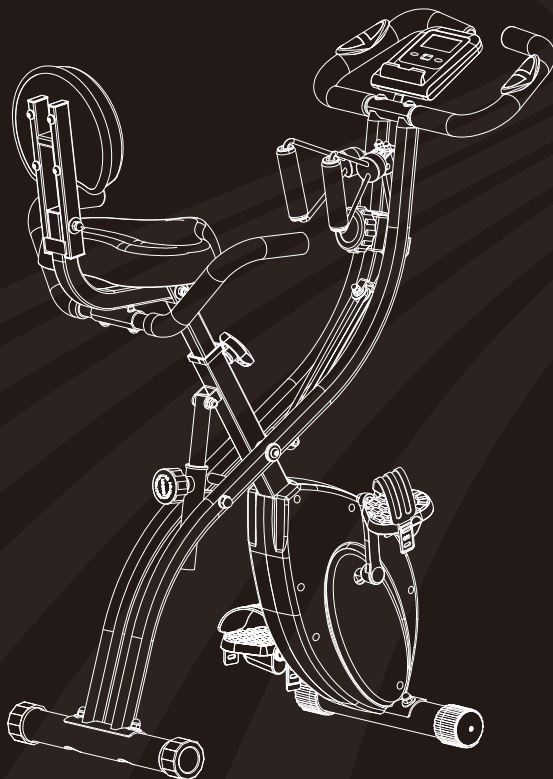


取扱説明書

—— MERACH MR-S05 折りたたみ式フィットネスバイク ——



ご質問・ご相談

大切にご注意ください

ご使用前に必ずすべての内容をお読みいただき、本書を大切に保管してください。

ご返品の前に、service.jp@merach.comまでご連絡ください。

MERACHについて



MERACH について



お客様の健康、フィットネス、そして人生の楽しみは、MERACHのすべての行動の核心です。

革新的なフィットネス研究、最先端の製品開発から、優れたカスタマーサービスまで、MERACHはお客様の人生のパートナーとして、より良いフィットネス環境を築き上げます。

脂肪燃焼や筋力アップに効果的なローイングマシンやエクササイズバイクなどのフィットネス機器、革新的なMERACHAPPやプロのコースを通じて、お客様の健康やフィットネスの向上をサポートし、心身ともに健やかな毎日のために新しいライフスタイルをご提供しています。

MERACHへようこそ

カタログ

注意事項	01
部品リスト確認	04
組み立て手順	05
レッグの調整	17
デジタルメーターの説明.....	18
エアロバイクの調整.....	20
負荷の調整について	21
商品を移動する際.....	22
よくあるご質問と運動アプリの使用説明	23
よくある質問(カスタマー Q&A)	24
保証に関する情報	25

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。
- 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方
- 心臓に疾患がある(狭心症心筋梗塞など)
- 糖尿病の方
- 高血圧の方(降圧剤を服用している方を含む)
- 呼吸器系疾患のある方(慢性気管支炎肺気腫喘息など)
- 痛風関節リウマチ変形性関節炎方
- 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
- 循環器系の疾患のある方
- 過去の事故や病気などで背骨に異常がある方
- 椎間板ヘルニア脊椎分離症などに不安を感じている方
- 足背中首腕脚などのしびれのある方
- 血行障害や血管障害のある方
- 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100kg。

100kg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、床に傷が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ください。
3. 組立後、製品が安定していることを必ず確認してください。不安定な状態で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. 小さなお子様が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サビ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をお勧めです。
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

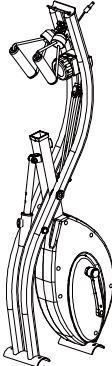

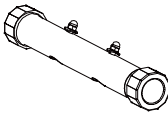
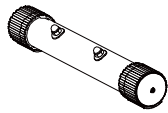

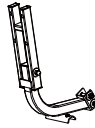
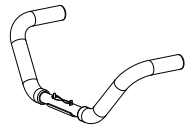
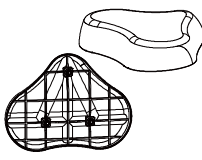

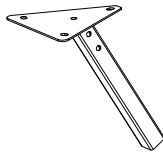

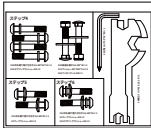

警告

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、必要に応じカバーをしてください。
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、ガリ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。

部品リスト確認

 <p>本体(62)x1</p>	 <p>調整ノブ(49)x1</p>	 <p>リアレッグ(1)x1</p>	 <p>フロントレッグ(60)x1</p>
	 <p>背もたれ(34)x1</p>	 <p>背もたれラック(59)x1</p>	 <p>後ろハンドル(46)x1</p>
 <p>サドル(33)x1</p>	 <p>左ペダル(56L)x1 右ペダル(56R)x1</p>	 <p>サドルポスト(43)x1</p>	 <p>ハンドル(29)x1</p>
 <p>ノブ(55)x1</p>	 <p>デジタルメーター(31)x1</p>	 <p>付属品 x 1</p>	 <p>説明書x1</p>
 <p>フロアマットx1</p>			

組立て前の注意事項:

本機を組み立てる前に、十分なスペースを確保してください。

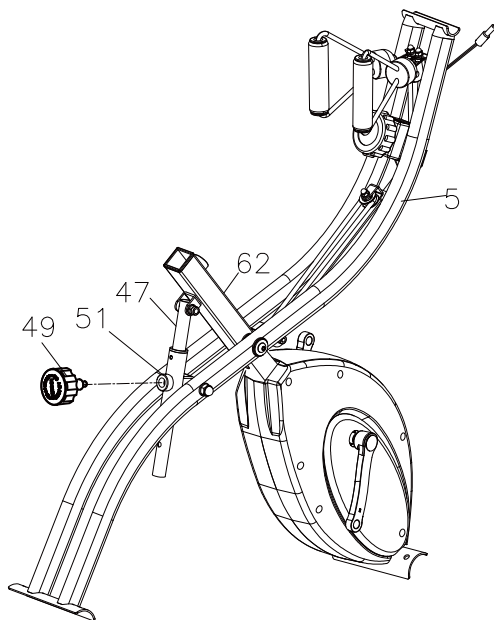
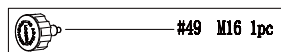
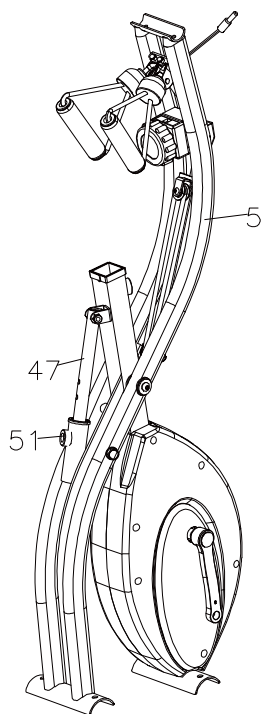
同梱の工具または専用の工具を用意してください。

必要となる部品が揃っているか確認してください。(部品リストの各 부품の名前と番号を参照してください。)

組み立て手順

Step 1: 本体を開く

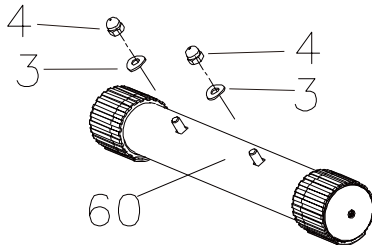
1. 本体(62)をスタンドサポート(5)から引き離します;
2. 調節チューブ(47)とノブ穴(51)を合わせて(適当な位置に合わせてください)、調整ノブ(49)を下図のように取り付けます。



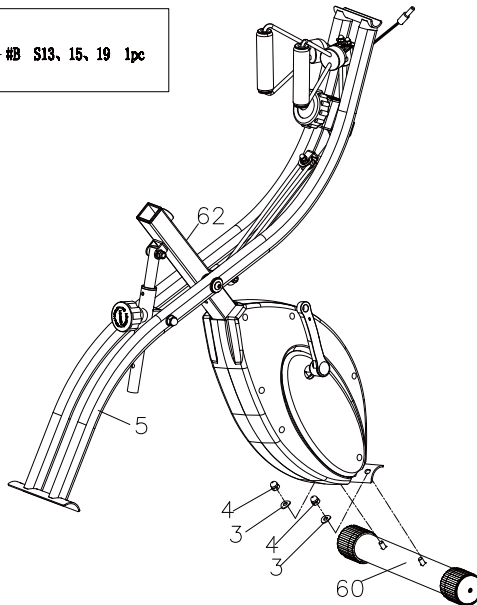
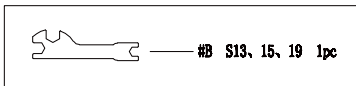
Step 2: レッグを取り付ける

フロントレッグを取り付ける

両口スパナ(B)でフロントレッグに予め付いているボルトナットカバー(4)とナット(3)を取り外します。



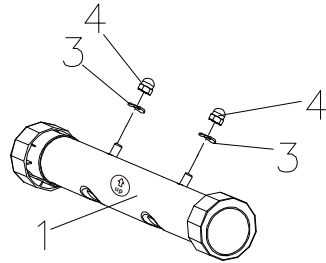
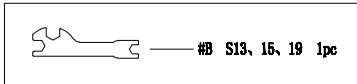
両口スパナ(B)を使い、ボルトナットカバー(4)とナット(3)でフロントレッグ(60)を本体(62)にしっかり取り付け、矢印が外側に来るようにします。



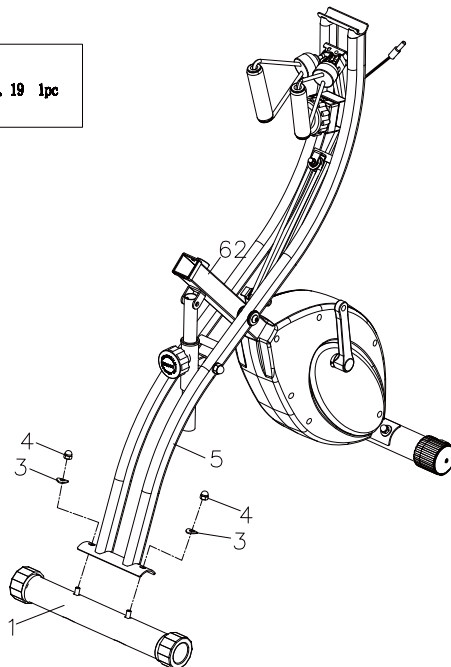
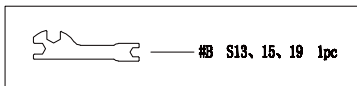
Step 2: レッグを取り付ける

リアレッグを取り付ける

両口スパナ(B)でリアレッグ(1)に予め付いているボルトナットカバー(4)とナット(3)を取り外します。



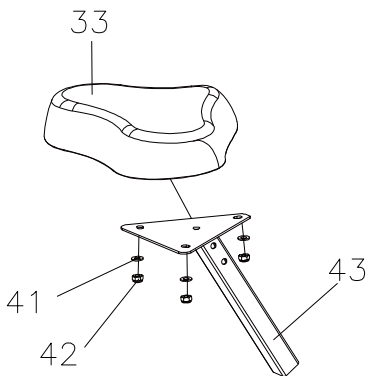
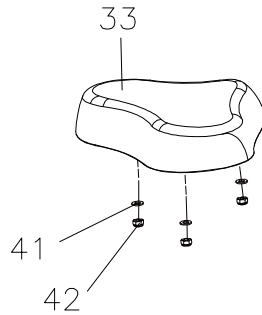
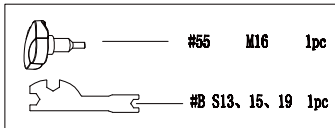
両口スパナ(B)を使い、ボルトナットカバー(4)とナット(3)でリアレッグ(1)をスタンドサポート(5)にしっかり取り付け、矢印が外側に来るようにします。



組み立て手順

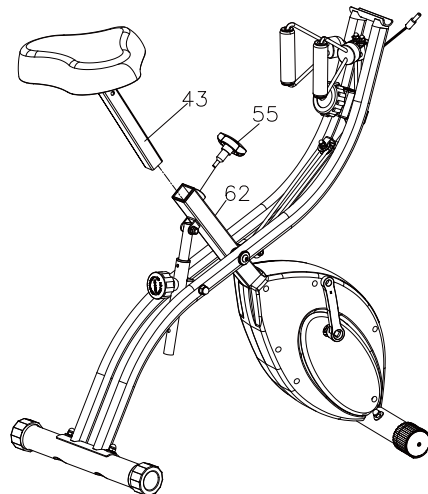
Step 3: サドルを取り付ける

1. 両口スパナ(B)を使い、予めサドルについているボルトナットカバー(42)とナット(41)を取り外します。



2. 両口スパナ(B)を使い、サドル(33)をナット(41)とボルトナットカバー(42)でサドルポスト(43)にしっかり取り付けます。

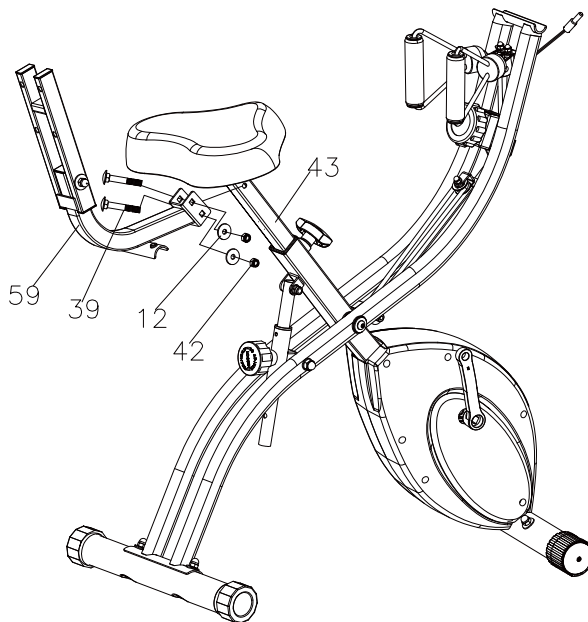
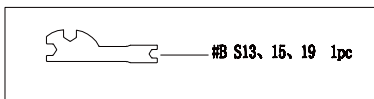
3. 適当な位置にノブ(55)でサドルポスト(43)を本体にしっかり取り付けます。



組み立て手順

Step 4: 背もたれを取り付ける

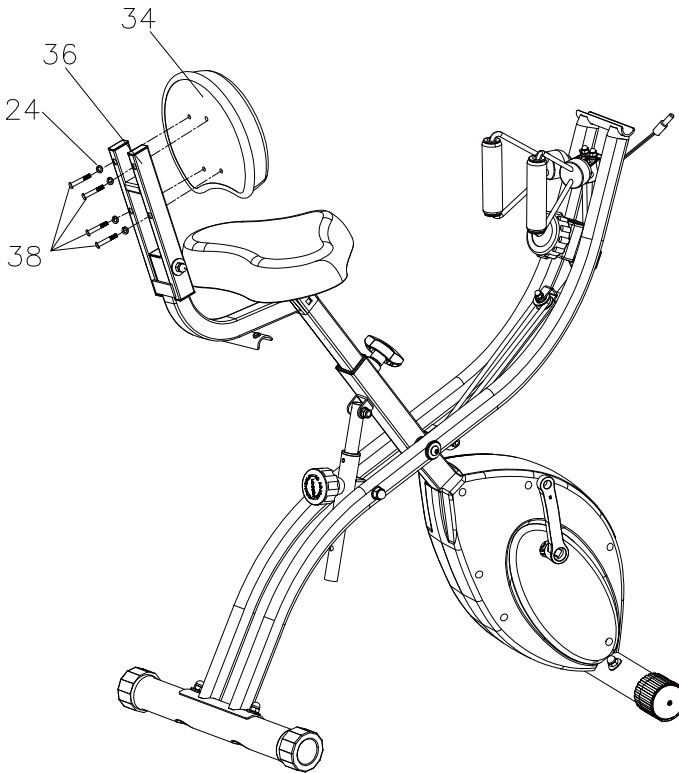
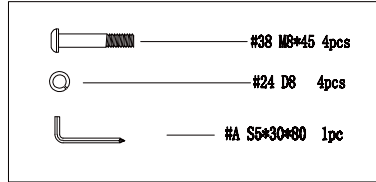
1. 両口スパナ(B)を使い、背もたれラック(59)をボルト(39)、ナット(12)とボルトナットカバー(42)でサドルポスト(43)にしっかり取り付けます。



組み立て手順

Step 4: 背もたれを取り付ける


2.六角レンチを使い、背もたれ(34)を平丸頭六角穴付きボルト(38)とスプリングワッシャー(24)でしっかりとロック(36)に取り付けます。

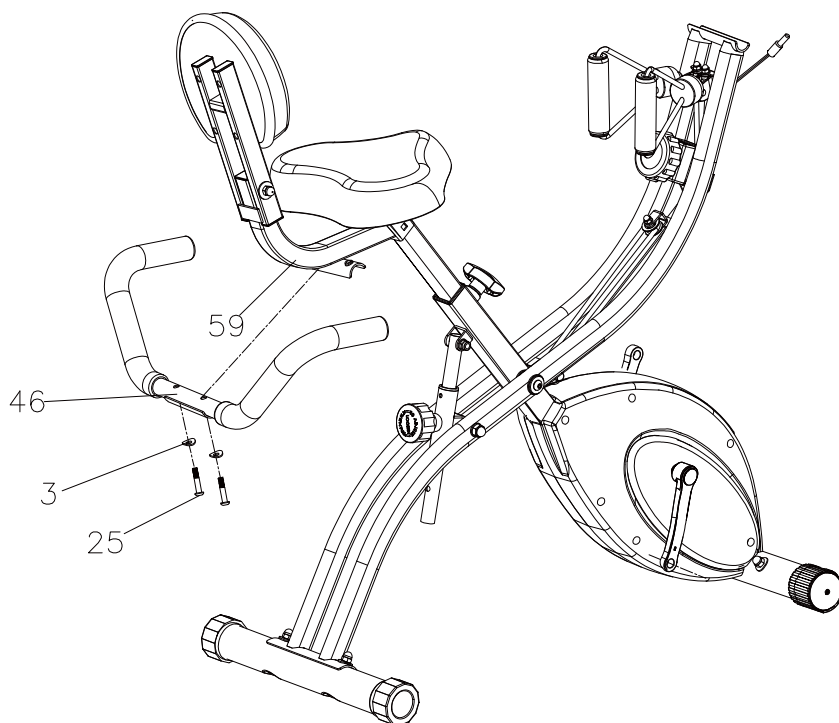


組み立て手順

Step 5: ハンドルを取り付ける

六角レンチ(A)を使い、バックハンドル(46)を平丸頭六角穴付きネジ(25)とワッシャー(3)で背もたれラック(59)に取り付けます。

 #A S5*30*80 1pc

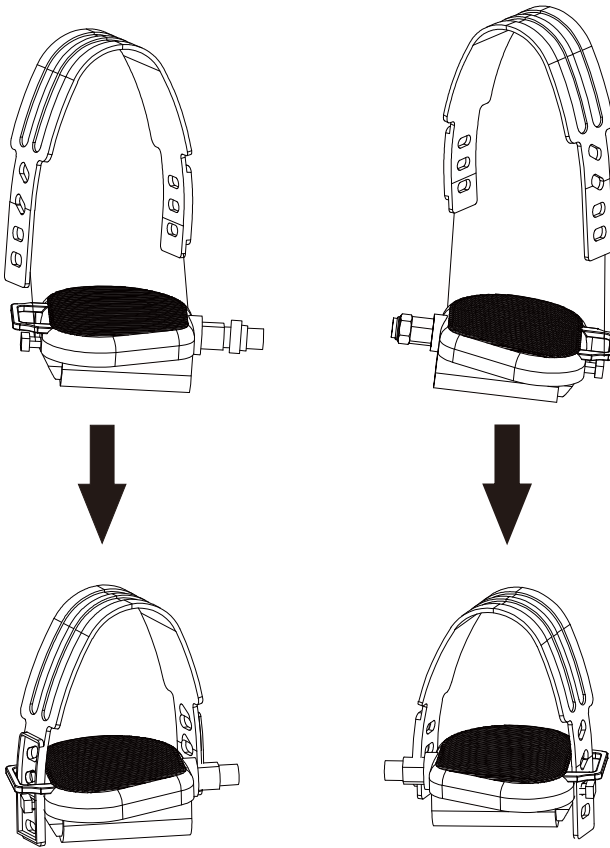


組み立て手順

Step 6: ペダルを本体に固定する

図のように、ご自身の足のサイズに合わせて左右のバンドをペダルの突起部分に掛けてください。

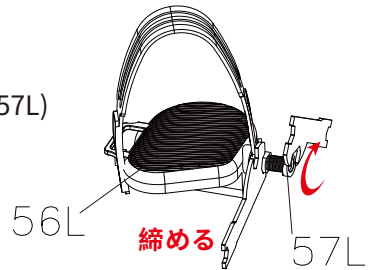
注意: バンドの穴が多い方をペダルの外側に掛けることで調整しやすくなります。



Step 6: ペダルを本体に固定する

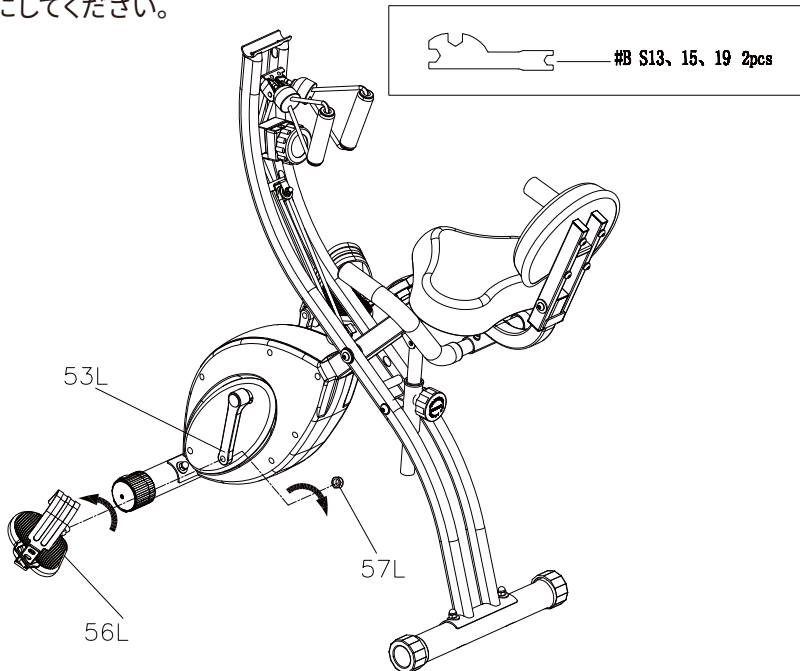
左ペダルを取り付ける

1. 予め左ペダル(56L)常についているナット(57L)を取り外してください。
(必要に応じて図のようにして2つのスパナをお使いください)



2. 両口スパナ(B)を使い、左ペダルを(56L)をクランクにしっかりと取り付けてください。1つのスパナでペダルの位置を固定し、もう片方のスパナでナット(57L)を取り付けます。

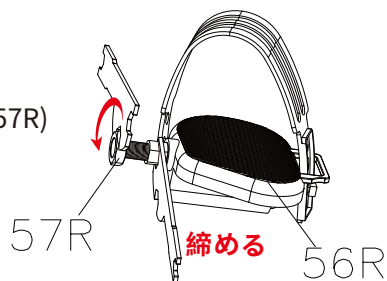
注意:左ペダル(56L)は反時計回り、ナット(57L)は時計回りで取り付けてください。運動中は破損を防ぐため、常に左ペダル(56L)をしっかり固定するようにしてください。



Step 6: ペダルを本体に固定する

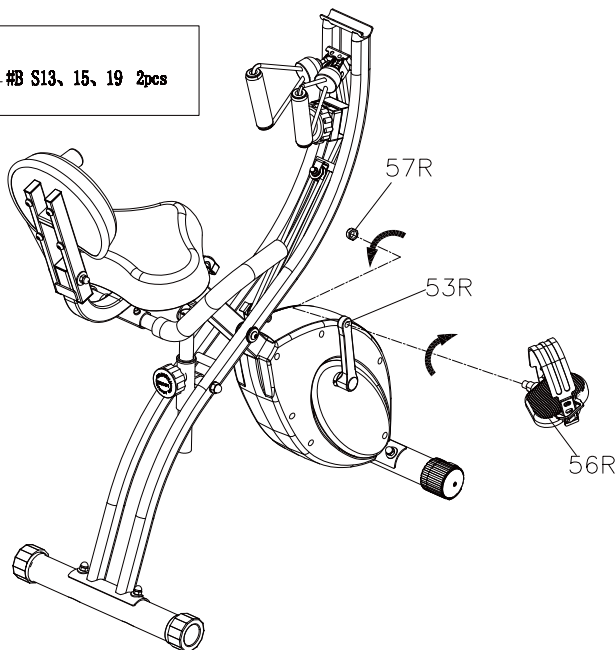
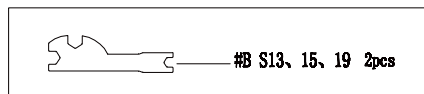
右ペダルを取り付ける

1. 予め右ペダル(56R)常についているナット(57R)を取り外してください。
(必要に応じて図のようにして2つのスパナをお使いください)



2. 両口スパナ(B)を使い、右ペダルを(56R)をクランクにしっかりと取り付けてください。1つのスパナでペダルの位置を固定し、もう片方のスパナでナット(57R)を取り付けます。


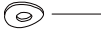
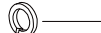

注意: 右ペダル(56R)は時計回り、ナット(57R)は反時計回りで取り付けてください。運動中は破損を防ぐため、常に右ペダル(56R)をしっかり固定するようにしてください。

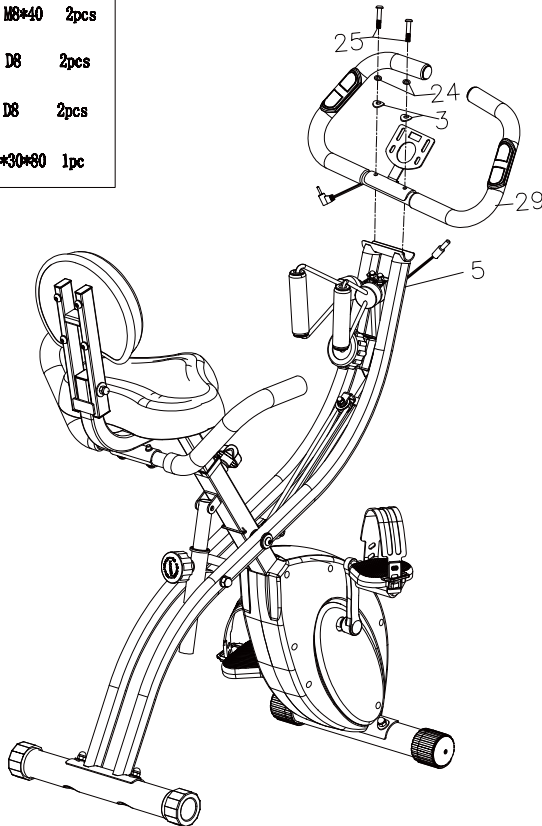


組み立て手順

Step 7: ハンドルを取り付ける

前ハンドル(29)をスタンドサポート(5)上の凹みにセットします。相応の穴に位置を合わせてから順番に平丸頭六角穴付きネジ(25)、スプリングワッシャー(24)とワッシャー(3)を六角レンチ(A)で図のようにしっかり取り付けます。

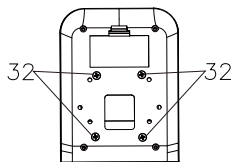
	#25	M8*40	2pcs
	#3	D8	2pcs
	#24	D8	2pcs
	#A	S5*30*#0	1pc



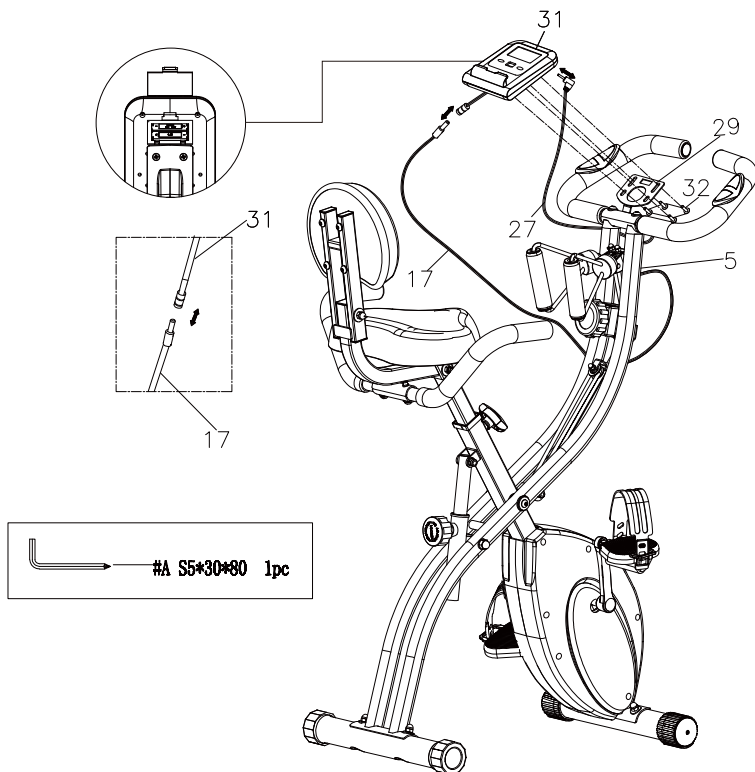
組み立て手順

Step 8: デジタルメーターを取り付ける

1. 六角レンチ(A)を使い、デジタルメーター(31)上の十字ネジ(32)を取り外します。

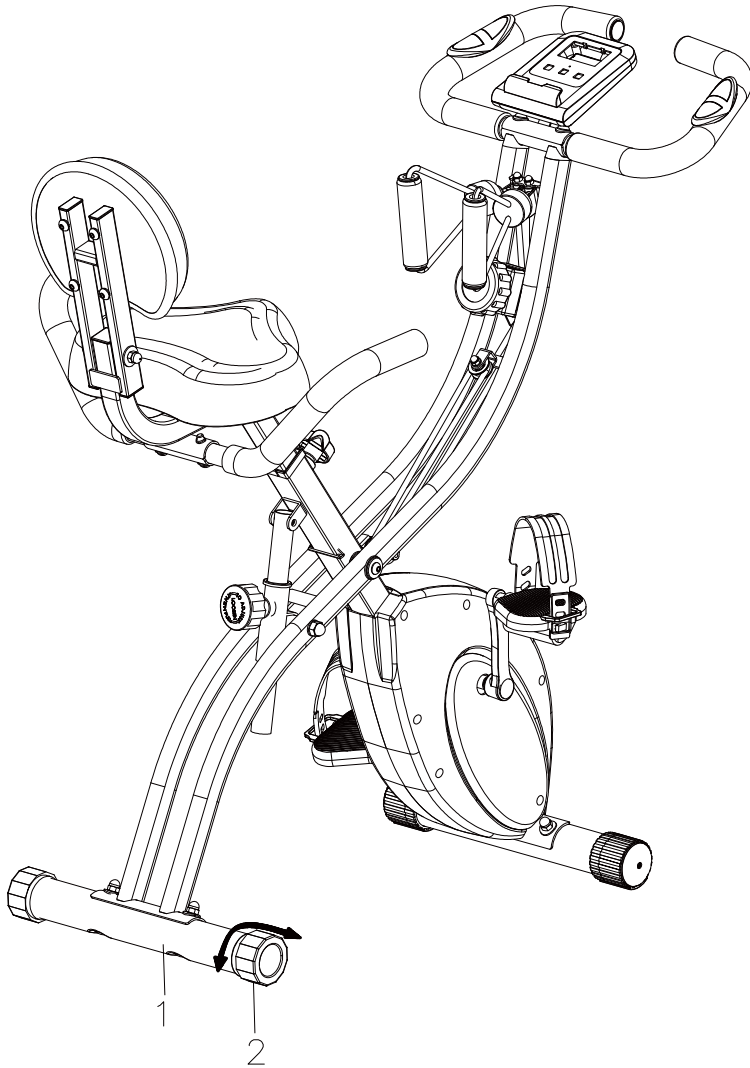


2. デジタルメーター(31)とメーターコード(17)を図のようにして接続させます。
3. グリップセンサーコード(27)をデジタルメーター裏面に差し込みます。
4. 六角レンチ(A)を使い、デジタルメーター(31)を十字ネジ(32)でしっかりとメーターパット(29)に取り付け、電池をセットします。



レッグの調整

ご使用中に地面と平行していないと感じた場合、リアレッグ(1)上のつまみ(2)で左右の高さを平行に調整したり、クッションを下に敷いたりしてください。



ボタンの機能と操作説明

ボタンの機能:

モードMODE	ワンタッチでモードを選び、長押しで時間/距離/ カロリー/心拍数
設定SET	非スキャンモードでの時間/距離とカロリーの設定
リセットRESET	このボタンを押すと設定した時間/距離とカロリーがリセットされます

機能操作説明:

1.自動スキャンSCAN:

「SCAN」が表示されるまで「MODE」ボタンを長押しします。デジタルメーターは毎6秒ごとに以下の表示内容に切り替わります。

時間Time 速度Speed 距離Distance カロリーCalorie 総距離ODO 心拍数PULSE

2.時間TIME:

運動開始から終了までの時間

「TIME」が表示されるまで「MODE」ボタンを長押しします。

「SET」を押して目標の運動時間を設定します。設定した時間が残り0秒になると1秒後に新たに計算が始まります。

3.速度SPEED:現在の速度を表します。

4.距離DIST

運動開始から終了までの距離。

「DIST」が表示されるまで「MODE」ボタンを長押しします。

「SET」を押して目標の運動距離を設定します。設定した距離が残り0になると1秒後に新たに計算が始まります。

5.カロリーCALORIES:

運動開始から終了までに消費したカロリー。

「CAL」が表示されるまで「MODE」ボタンを長押しします。

「SET」を押して目標の消費カロリーを設定します。設定したカロリーが残り0になると1秒後に新たに計算が始まります。

6.総距離ODO:電池をセットしてからの運動の総距離。

7.心拍数PULSE:「PULSE」が表示されるまで「MODE」ボタンを長押しします。両手でグリップセンサーを軽く握ると、6、7秒後にデジタルメーターに現在の心拍数(回/分)が表示されます。

説明:テスト開始後すぐの2、3秒は安定していないため、心拍数がやや高くなる可能性があります。時間を置くと正常値に戻ります。テストの結果は医学的根拠に基づきません。15デジタルメータ

電子時計パラメータの説明

機能	自動スキャン	毎5秒ごとにデータが切り替わります
	時間	00:00' ~ 99:59'
	距離	0.00-9999km
	速度	最大速度 999.9km/h
	カロリー	0.0-9999kcal
	総距離	0.0-9999km
	心拍数	40-240回/分
電池規格		単4電池
動作温度		0°C ~ +40°C
保存温度		-10°C ~ +60°C

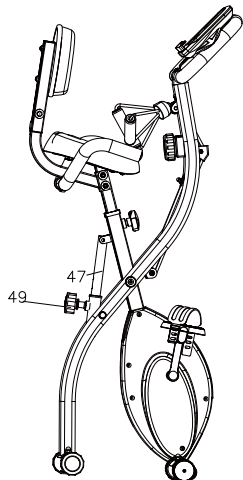
説明:

1. デジタルメーターが表示されない、もしくは不鮮明になった場合は電池を交換してください。
2. 運動を止めた4分後、デジタルメーターは自動的にオフになります。
3. 再度運動を始める、もしくはボタンを押すとデジタルメーターは自動的にオンになります。
4. 運動を止めた4秒後、デジタルメーターはデータの記録を停止します。

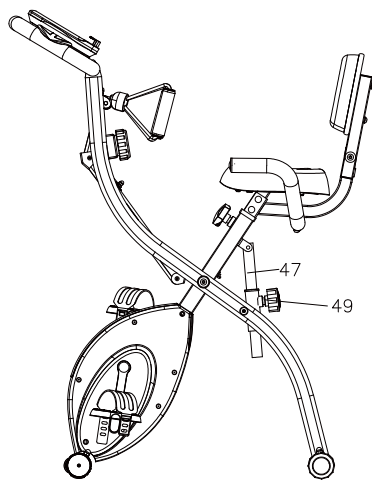


3種類のギア調整方法

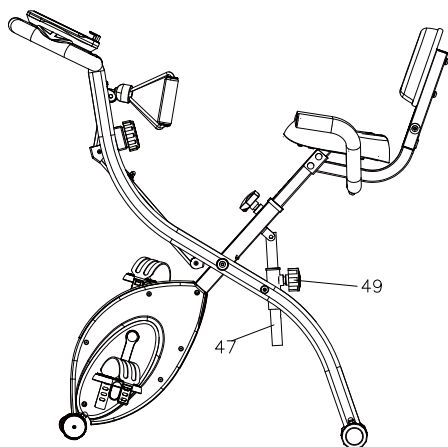
説明:調整ノブ(49)が調整チューブ(47)の第一ギアに位置する場合、エアロバイク本体は閉じている状態です。



説明:調整ノブ(49)が調整チューブ(47)の第二ギアに位置する場合、エアロバイク本体は半開きの状態です。



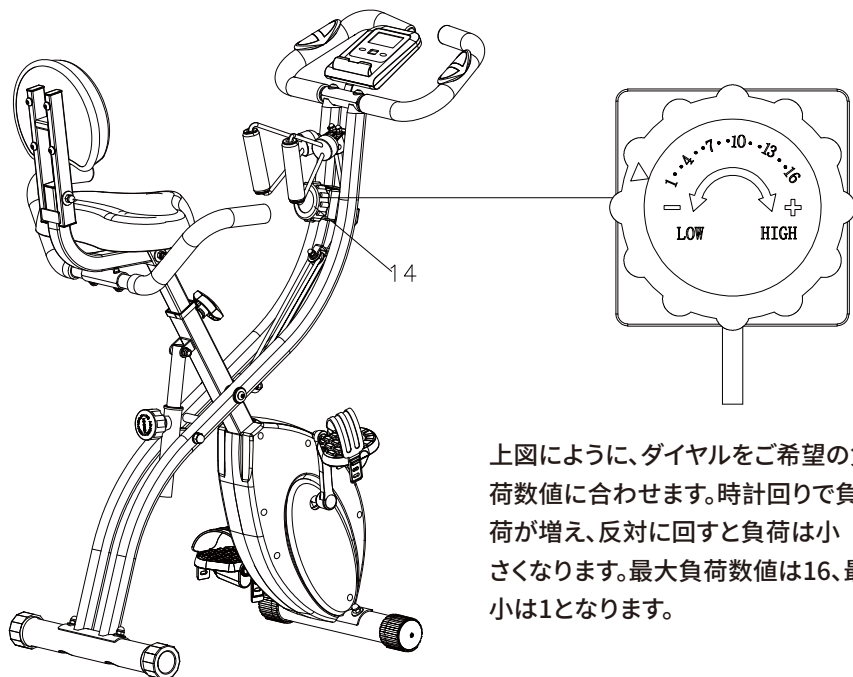
説明:調整ノブ(49)が調整チューブ(47)の第三ギアに位置する場合、エアロバイク本体は全開きの状態です。



おすすめ:ご自身の身長、足の長さに合わせてギアを調整し、ペダリング角度を決めてください。

負荷の調整について

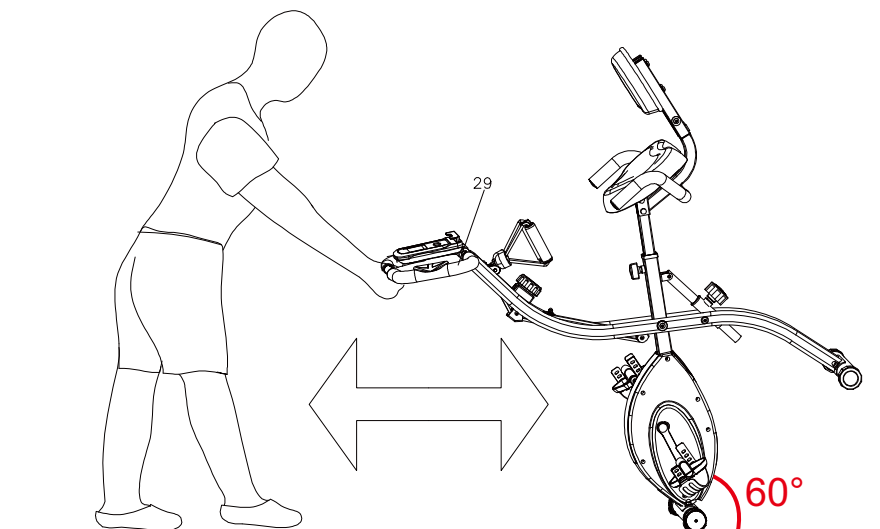
16段階に重さを調整できます。図(14)。



上図のように、ダイヤルをご希望の負荷数値に合わせます。時計回りで負荷が増え、反対に回すと負荷は小さくなります。最大負荷数値は16、最小は1となります。

本体の移動

図のように、前ハンドルを下に押しながらフロントレグ上のつまみを地面と接触させる(リアレグと地面の角度は約60度離しておく)ことで、エアロバイクを前後に移動することができます。



リアレグは地面から約60度の角度で離してください。

運動アプリの使用説明

●「MERACH」アプリダウンロード

QRコードを読み取り、MERACH APPインストール及びAPP接続方法ダウンロードを行なってください。



MERACH APPインストール



APP接続方法ダウンロード

●MERACHアプリのダウンロード及び使用について：

- 1) APP StoreにてMERACHを検索してダウンロードし、インストールしてください。
- 2) MERACH APPを開き、アカウントを登録してください。
- 3) アカウントにログインし、ペアリングデバイスをご選択してください。
- 4) 対象のデバイスを選択後、Bluetoothを接続し、トレーニングを開始してください。

(注：MERACH アプリはバージョン更新中であるため、不足の部分に対してはどうかご理解をお願い申し上げます。具体的な更新完了時点については、商品ページにて公開させていただきます。アプリの「すべてのレッスン」にてフィットネスバイクのレッスンがまだ作成中でアップされていないです。)

よくある質問(カスタマー Q&A)

障害	解決策
負荷値の調整方法	1.調整つまみを時計回りに回すと負荷は大きくなり、反対に回すと小さくなります。
	2.エアロバイクの負荷値調整は全手動です。負荷値は1-8段階まで調整可能です。
エアロバイクの使用方法 エクササイズチューブの使い方	1.腰を掛けて漕ぐ/2種類のギア調節；
	2.腰を掛けて、片手もしくは両手でチューブを上下平行に動かす。
マシンが揺れる場合はどうすればいいですか？	1.フロントレグ、リアレグがしっかりと固定されているか確認してください。
	2.フロントレグ、リアレグのつまみを調整して地面と平行になるようにしてください。
ペダルが緩んだらどうすればいいですか？	1.左右のペダルがそれぞれマシンにきちんと固定されているか確認してください。
デジタルメーターが表示されない	1.デジタルメーター裏面の蓋を外して電池の+極・-極を確認するか、電池を交換してください。
身長制限	身長制限は1.2～2mです。 お子様の場合、保護者なしでの使用はお控えください。
心拍数が表示されない 速度が表示されない	1.デジタルメーター裏面のグリップセンサーコードが正確に取り付けられているか確認してください。
	2.デジタルメーターの速度コードと本体が接続されているかご確認ください。

保証に関する情報

商品名称:	折りたたみ式エアロバイク
型番:	MR-S05
保証期間:	12か月
以下の内容を記録してください	
購入日:	
SN ID (SN ID: ロングレグにあるマシン型番です。)	

ご利用条件とポリシー

ご購入日から1年間の保証を提供いたします。欠陥のある製品、初期不良と判定された商品に対して返品・返金または新品交換などの対応をさせていただきます。保証は個人使用のみに適用され、商用、レンタル、その他の本製品の使用目的以外には適用されません。またこの保証を譲渡することはできません。取扱説明書以外の誤操作による機器の故障、取り扱い上の不注意によって生じた損害、損失につきましては、弊社は責任を負いません。

下記の項目に対し本保証は適用されません:

取扱説明書以外の不正操作、改造、破壊行為などによる故障。

天災、火災、地震などによる故障

不適切な取り扱い、設置場所の不備(屋外やガレージ、ベランダなどの半屋外、浴室やプールなどほこりが多く、高温・多湿な場所等)による故障

返品輸送中の破損。

未成年者の保護者なしでの使用で生じた故障。

初期不良の返品について

保証期間内に不良品であることが判明された場合、メールもしくは電話にてお問い合わせください。直接販売者までご連絡いただくことも可能です。専門のアフターサービスチームが対応させていただきますのでご安心ください。

オーダーID、シリアルナンバー(通常はリアレグ(1)に貼らせていただいております)を事前にご用意頂いた上で、お問い合わせください。

お客様お問い合わせセンター

メールアドレス: service.jp@merach.com

連絡先: 070-8591-6097 (電話対応時間: 平日の9:00~17:00まで 祝日と土日を除く メールは毎日対応可能で当日以内に返信することができます。)

何かお気づきの点がございましたら、ご指摘、ご意見をいただければ幸いです。

MERACH

製造元: Zhejiang Yulu Electronic Technology CO.,Ltd.

輸入販売元: MERACH JAPAN株式会社

〒591-8011 大阪府堺市北区南花田町417-3-206

メールアドレス: service.jp@merach.com

連絡先: 06-4400-0586/070-8591-6097