



家庭用ルームランナー DK-1246D

取扱説明書



このたびは **家庭用ルームランナー DK-1246D** をお買い上げいただきまして誠にありがとうございます。

- ◎ まず、本説明書を最後までお読みください。

内容を十分ご理解いただいた上で正しくご使用くださいますようお願い申し上げます。

- ◎ 本書巻末に「保証書」がついていますので、配送業者の送り状伝票とともに大切に保管してください。
- ◎ 本機は家庭用※として軽頻度の運動向けに開発・設計しています。
- ※設計上、トレーニングジム・介護・福祉・教育の現場、ホテル・マンション・オフィスなどの共用設備の使用は想定していません。
保証の期間・内容に影響しますので予め用途をご確認くださいようお願い申し上げます。
- ◎ 改良のため、デザイン・仕様を一部変更している場合があります。

※本書に記載されている数値は、実数と多少の差異が生じる場合があります。予めご了承ください。

安全上の注意

取扱説明書の注意及び警告内容は、危険の度合いによって２段階に別れております。記載されている内容をよく理解していただき、取扱説明書に従ってご使用ください。いずれも安全に関する重要な内容ですので、必ず守ってください。



警告 誤った取扱いをすると人が死亡又は重傷を負う可能性が想定される内容



注意 誤った取扱いをすると人が障害を負う可能性及び物的被害の発生が想定される内容



警告

☆使用上の警告

- 1) 無理をせず軽いスピードから始めて下さい。
- 2) 急激な運動は体に負担が掛かりますので、少しでも異常を感じましたら運動を中止して医師にご相談して下さい。
- 2) お子様が本機で遊ばないようにして下さい。また、使用中はお子様が近づかないようにして下さい。お年寄りの方が運動されるときには、必ず付添の人をつけて行って下さい。
- 3) お年寄り・体の不自由な方、病気をお持ちの方のトレーニング・リハビリ用にご使用の場合、必ずかかりつけの医師にご相談下さい。特に次のような方
(心臓病・高血圧・糖尿病・呼吸器疾患・妊娠中・ペースメーカー・人口心肺装着の方)
- 4) 基本的には分解・改造は行わないで下さい。内部点検や修理をする際には販売店までご相談下さい。
- 5) 各部の機能が正しく作動しているかどうか、またネジ・ボルト等の緩みやガタがないか、使用前に必ず点検して下さい。
- 6) 乗降する場合には、ハンドルにもたれかかったり、使用中に周囲の人が製品及び使用者を押したり、引いたりしないで下さい。運動の妨げとなったり、安全性を損ないケガをしたりする場合があります。
- 7) 同時に２人以上でご使用なさないで下さい。

☆電気器具の警告事項

- ① 使用電源については、次の事項を必ず守って下さい。
 - 電源は定格 15A 以上のコンセントを単独で使用してください。他の器具と共用すると器具の加熱により火災の原因となります。
 - 交流 100V 以外で使用しないでください。火災、感電の原因となります。
- ② 電源コードの取扱いについては、次のことを必ず注意してください。間違った取扱いをされると感電の原因になります。
 - 電源コードやプラグが傷んでいたりする時。
 - コンセントの差し込みが緩い時。
 - 電源コードの上に重いものを載せた時。
 - 電源コードを曲げたり、束ねたりした状態でご使用になった時。
 - 濡れた体でプラグ・電源コード等に触れた時。
 - 長期間ご使用にならない時。(安全のため必ず電源コードをコンセントから抜いてください。)
- 中継線（延長コード）を御使用の時。
延長コードで中継することにより低電圧状況を引き起こし誤作動の原因となりますので、コンセントに直接電源コードを接続して下さい。
- ③ モーター保護のため 60 分以上の連続使用はおやめ下さい。
- ④ 万一、異常な音、におい、煙が出たときには、電源を切り、電源コードを抜いて販売店もしくは当社までご連絡下さい。(最終ページの保証書欄をご参考にご連絡下さい。)



注意

☆使用上の注意事項

- 1) トレーニングの前後に必ずストレッチ（準備体操）を入念に行ってください。
トレーニングをするたびに、筋肉はほんの少し傷みます。そのままにしておくと筋肉が縮み、その状態で数年間スポーツを行うと、筋肉が堅い弦の様に簡単に切れやすくなります。ストレッチは、必ずトレーニング前後に行うように習慣をつけましょう。
- 2) 食後のトレーニングはやめましょう。胃に流れる血液が、体を使うことによって胃に流れにくくなって消化に影響を与えるので、食後2時間位あけてトレーニングをして下さい。
- 3) 本機ご使用の時は、必ず運動靴を履き、回転、駆動部に巻き込まれる恐れのない紐等のない服装でご使用下さい。
- 4) 運動方法につきましては、使用方法以外での使用はおやめ下さい
- 5) ご使用前にはハンドル・手すり・接合部分のガタや、緩み等がないよう確認して下さい。
- 6) 本機は一般家庭用のトレーニング機として作られています。一般家庭以外でのご使用はおやめ下さい。
- 7) 異物を商品内部に入れないでください。異物が入ったまま使用すると、故障の原因となりますので、特にお子様のおられるご家庭では注意して下さい。
- 8) **体重が 100Kg 以上**の方はご使用なさらないようにして下さい。
- 9) 使用しない場合には、作動しない状況にし、特に幼児が触らない様注意して下さい。

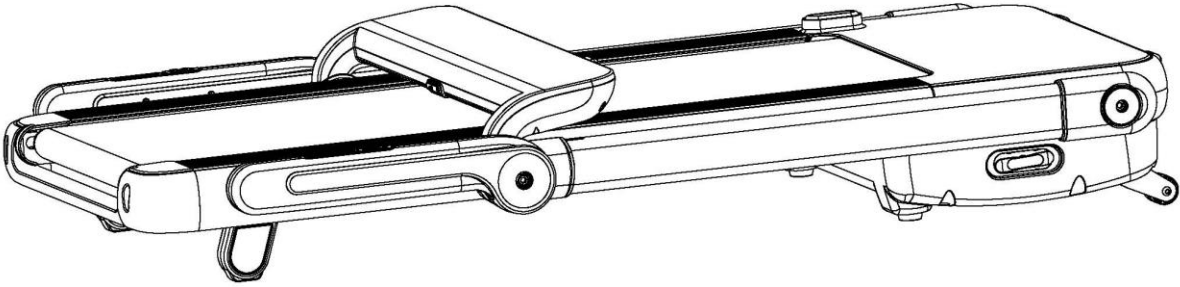
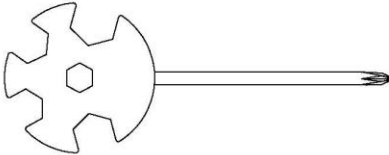
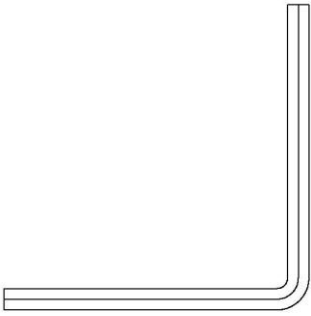
☆設置・保管上の注意事項

- サビの発生や負荷の調節不調、メーター等の故障の原因となりますので以下の場所等には設置、保管はしないで下さい。
 - ・ 直射日光、暖房設備、火気のために著しく温度が上昇する場所
 - ・ 屋外の設備（ガレージ・屋根付きガレージ等を含む）や浴室付近等の湿気の多い場所
 - ・ 砂ぼこり、磁気や電氣的雑音の発生しやすいものの近く
 - ・ 室温差が著しく変化するところや床面がコンクリートの打ちっ放しのところ
- ご使用前にはハンドル・手すり・接合部分のガタや、緩み等がないよう確認して下さい。
- 本機は使用中の運動が十分確保できる水平な床面に設置して下さい。
- 歩行面（走行ベルト）には、絶対に物を置かないで下さい。
- 本体カバー部は樹脂製です。カバー部・ハンドルには絶対に寄りかかったり、乗らないで下さい。
- 走行ベルトに局部的に亀裂が発生すると進展し、使用中に破損等して危険ですので、必ず確認してからご使用ください。
- 走行ベルトは消耗品のため、ご購入より3ヶ月以上経過したものについては有償となります。
- カバー類、ハンドル部ラバー、足踏みプレート等の破損に関しては、初期不良以外すべて有償になります。
- 走行ベルトが偏ったときは走行ベルトの調節方法を参考に調整を行ってください。
- 使用場所の周囲に物を置くと、思いがけないケガや事故につながりますので、必ず整理整頓してからご使用下さい。
- 本機は必ず平らな場所に設置して下さい。
- 廊下やフローリングまたは畳の部屋で組立てやご使用になると、床を傷つける場合があります。必ず、布やカーペットを敷いて傷を付けないようにして下さい。
- 本機を廃棄する場合は、粗大ごみとして各自治体の方法に従って処理してください。
- 長期間ご使用にならない場合には、折りたたみ状態で保管しないでください。

製品仕様

品名	ルームランナー	材質・構造	スチールパイプ・合板ボード
品番	DK-1246D		ウレタン・ABS樹脂
本体サイズ	W91×L162×H128 cm	電源	AC100V (50～60kHz)
本体重量	67 kg	モーター	DCモーター(最大 2.5 馬力)
走行ベルトサイズ	W46×L120 cm	速度	1.0～14 km
生産国	中国		

パーツ図表・名称

			
本体			
	 タブレットホルダー 		
セーフティキー	ドリンクホルダー	スパナ付ドライバー	六角レンチ

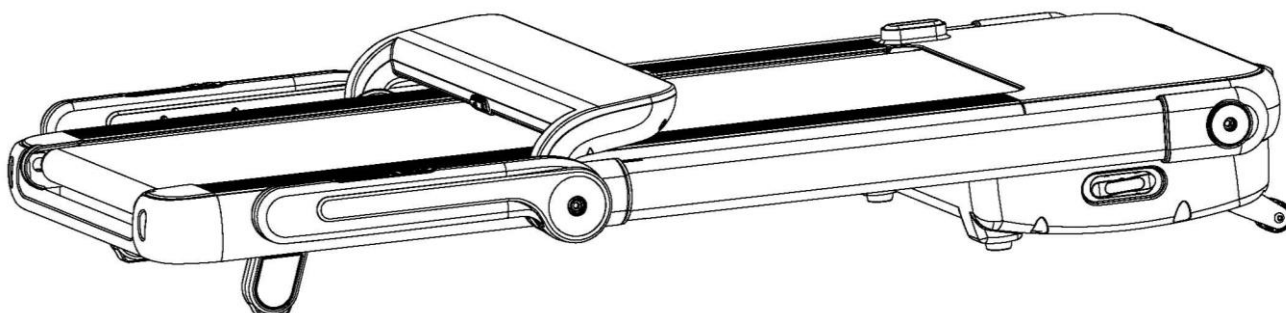
組立説明

- ※ 設置場所は必ず、屋内に設置してください。ただし浴室等の湿気が多く出る場所、屋根付きのガレージ、床面がコンクリートの打ちっ放しの所、砂ぼこり等が多い所への設置はおやめ下さい。
- ※ 開梱及び組み立て時は、必ず2人以上で行って下さい。
- ※ 広い場所を確保した上で作業を始めて下さい。
- ※ 作業をする前に、部品と必要な道具が揃っているかを確認して下さい。
- ※ 箱から出す場合は走行面を上にして本体が床面と水平な状態にしてから組立を行ってください。

組立方法

ステップ1

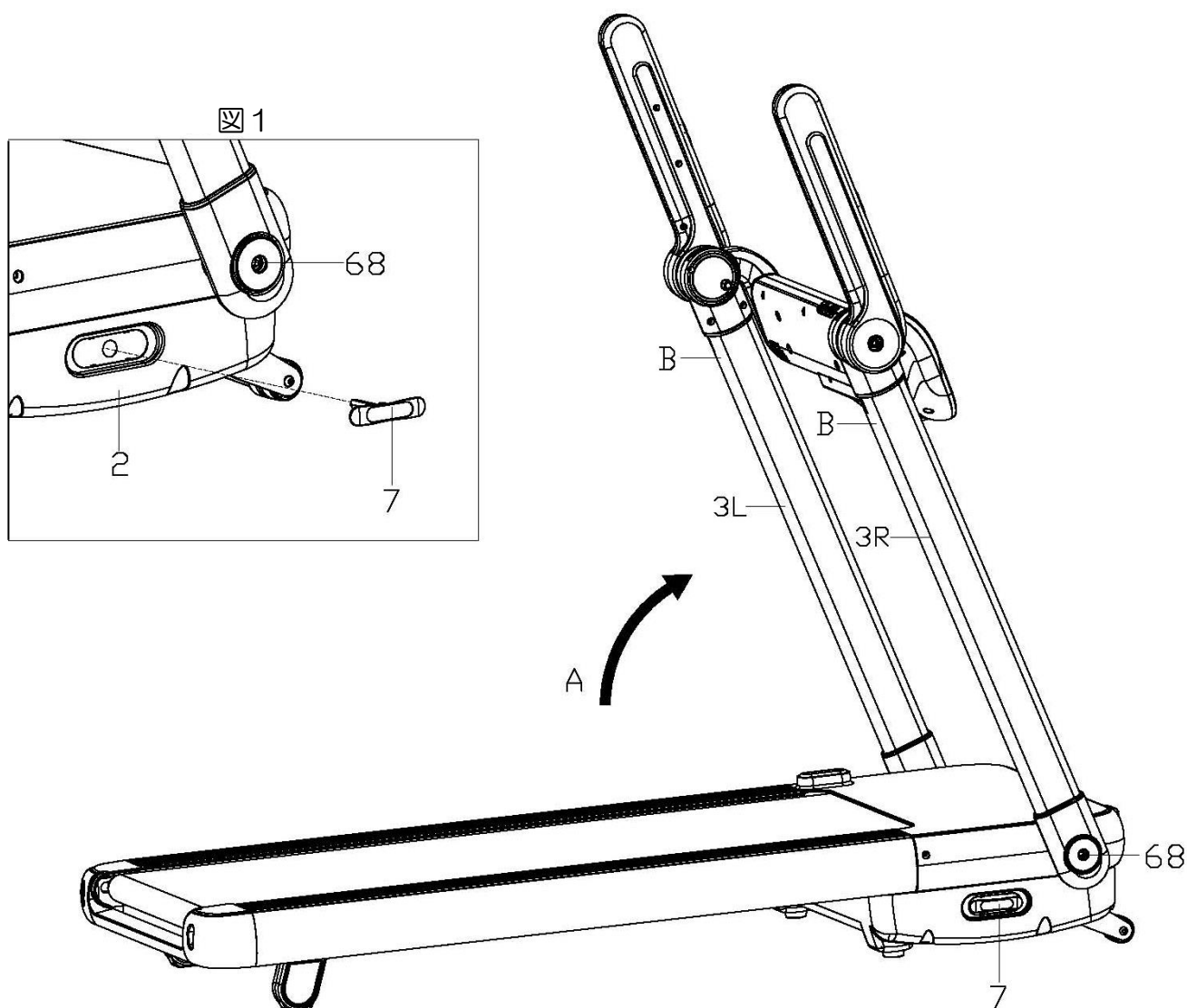
本体を箱から2人以上で取り出し、周囲に段差等が無い作業しやすい広い場所に置いてください。



ステップ 2

- 1、図1を参考に、T型六角レンチ（7）を本体（2）右側から取り出しT型六角レンチ（7）で左右の六角の内ボルト（68）を反時計方向の左側へいっぱいまで回しロックを解除します。
- 2、支柱Bの所を持ち左右支柱（3L/R）を矢印Aの方向に引き起こします、T型六角レンチ（7）で、左右六角内ボルト（68）を時計周り方向の右側へいっぱいまで回して、左右支柱をしっかりと固定します。最後に、T型六角レンチ（7）を本体（2）に差込んで戻します。

* 左右支柱を引き起こす際は支柱をしっかりと持ち、倒れないようにご注意ください



ステップ 3

- 1、下記図3の矢印の方向へ左右のハンドル（5L/R）を矢印Eの方向に下へいっぱいまで引き下げます。
パネル（4）を矢印Dの方向にパネル位置決めピン（12）が自動的に出て来るまで上へ回します。
- 2、下記図2の位置決めピン（12）が出てこない場合は、パネルを上下に動かしてください、ピンが出ましたらパネルが完全にロックされています。

図2

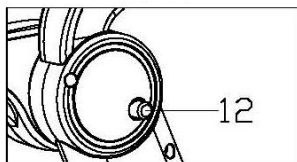
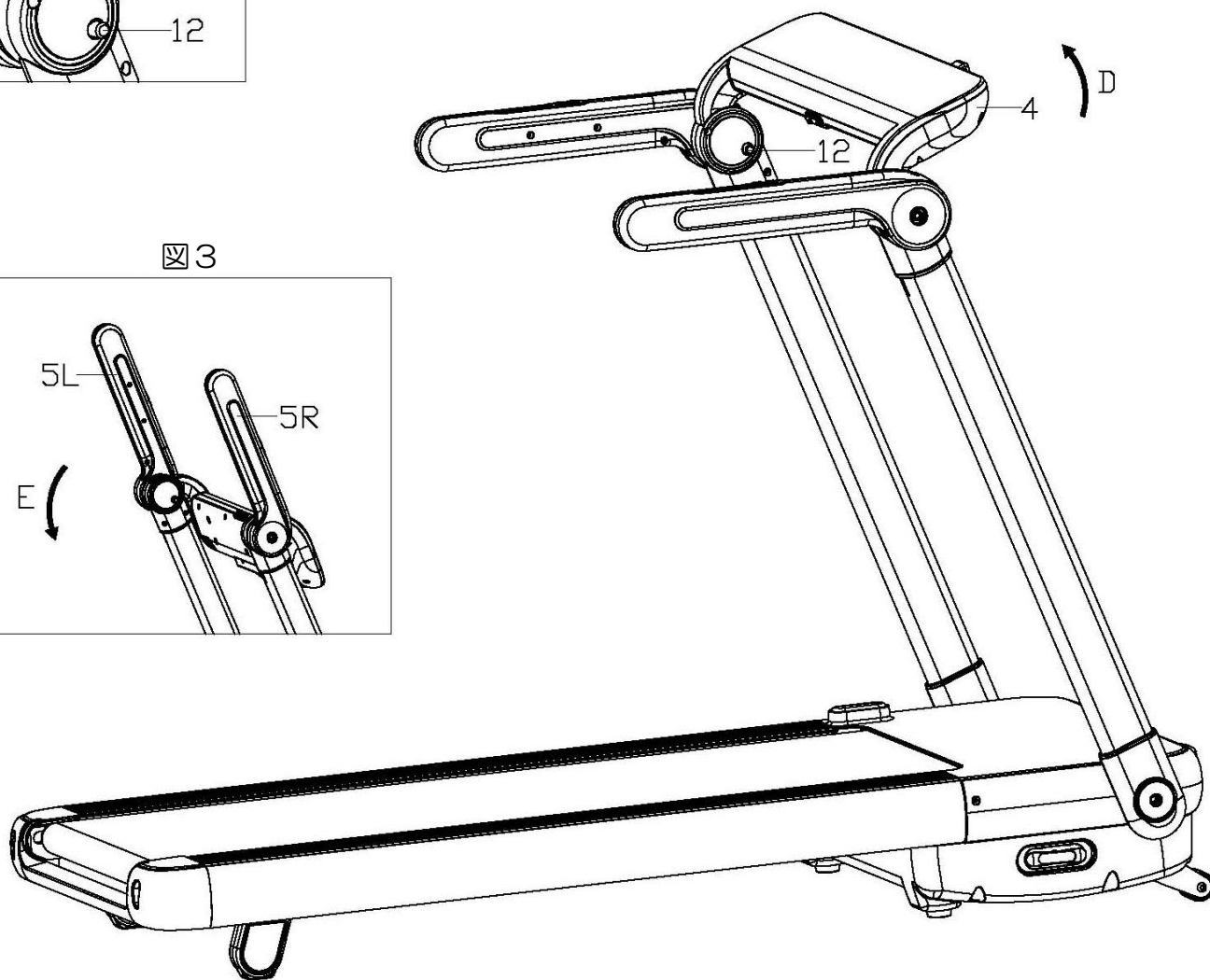
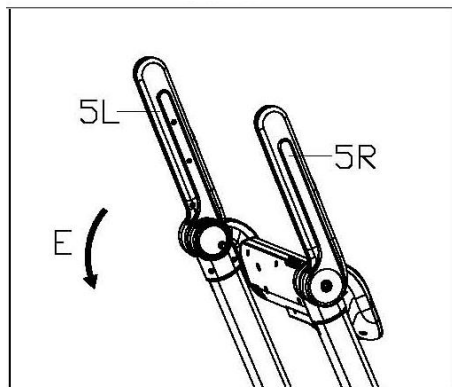
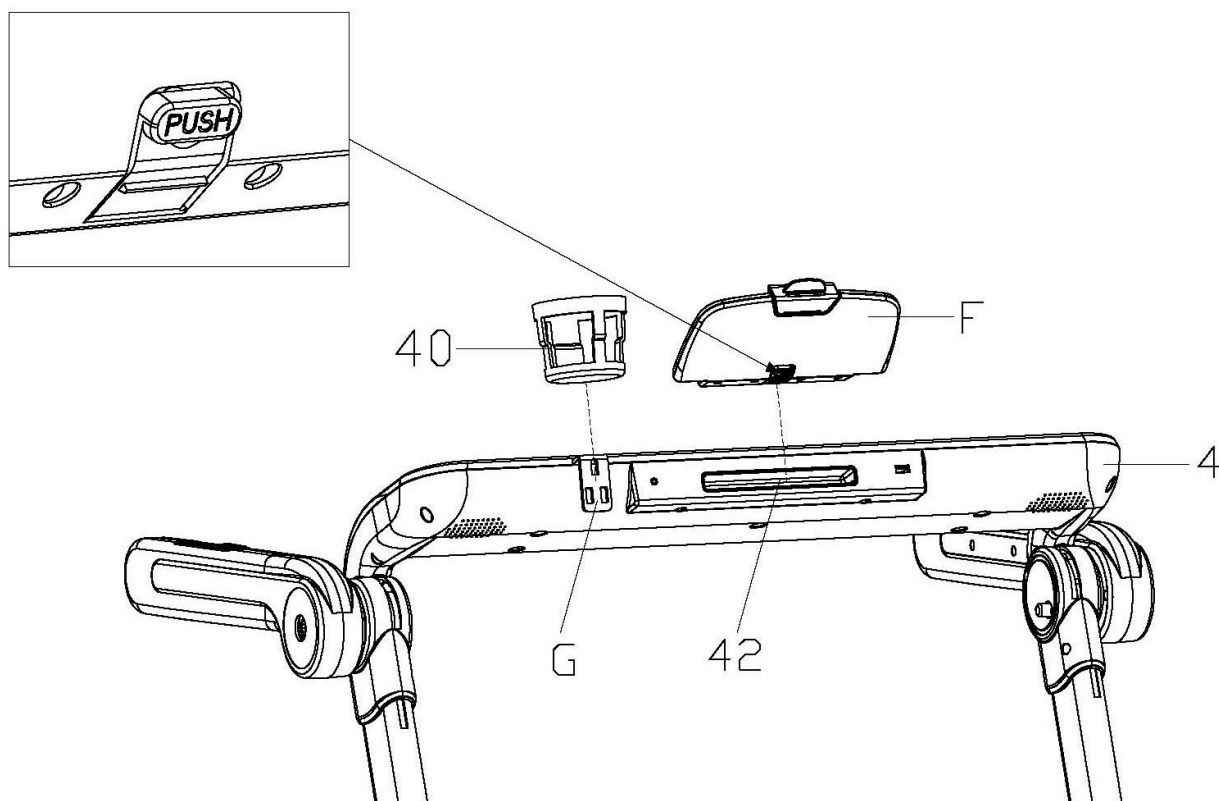


図3

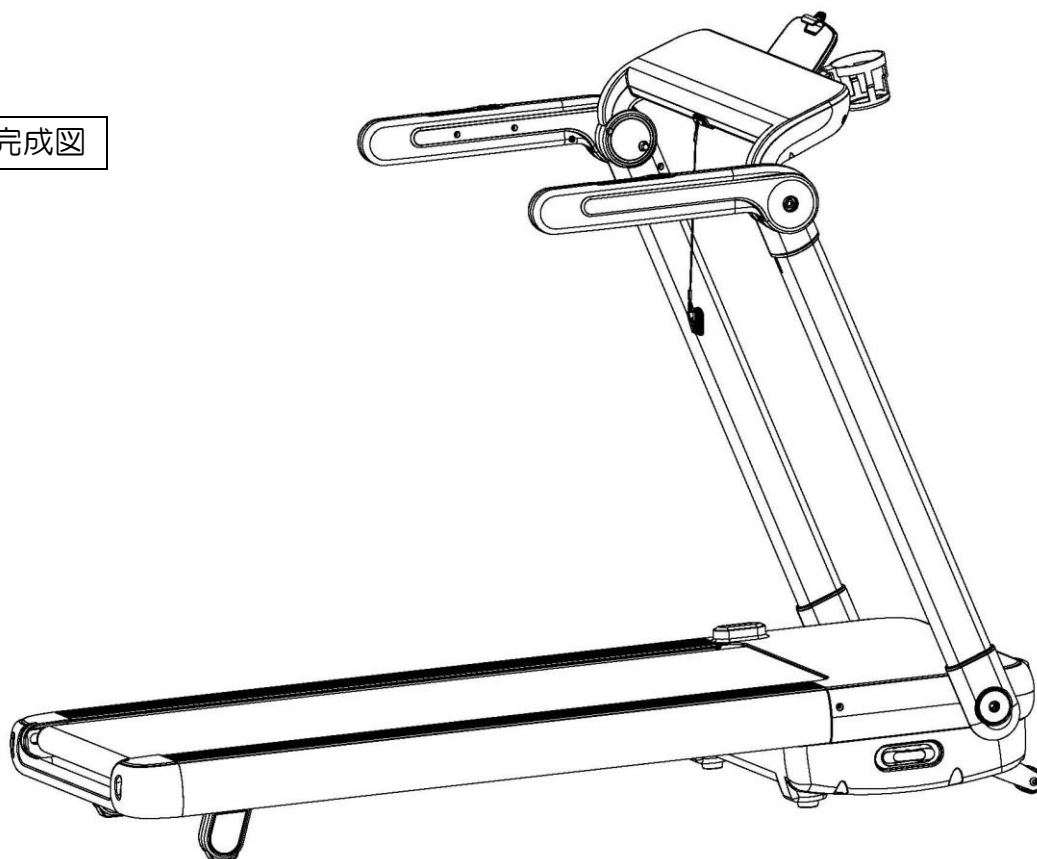


ステップ 4

- 1、タブレットホルダー（F）の PUSH ボタンを押して、タブレットホルダー（F）をパネル固定フレーム（42）に差込みます。
- 2、ドリンクホルダー（40）をパネル（4）Gの位置に上から差し込みます。



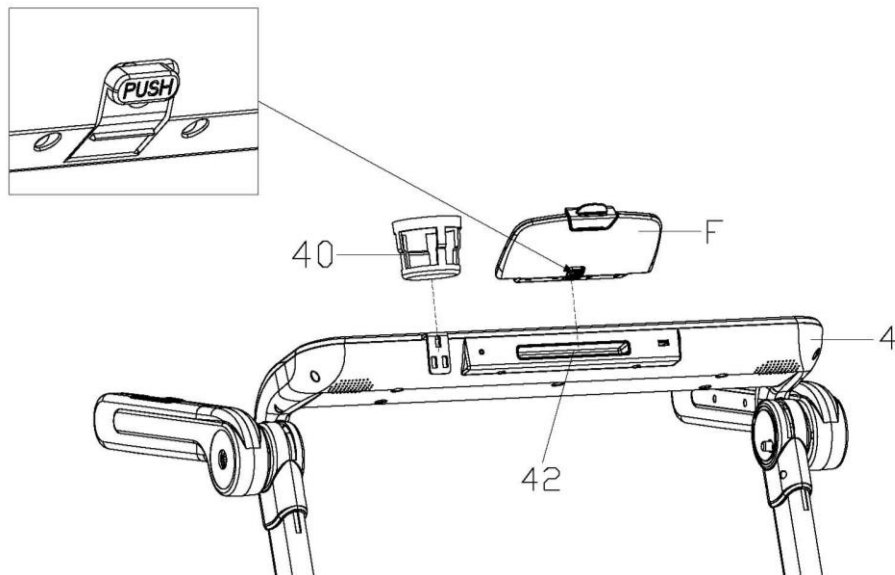
完成図



折り畳みにする（立てる）場合には・・・

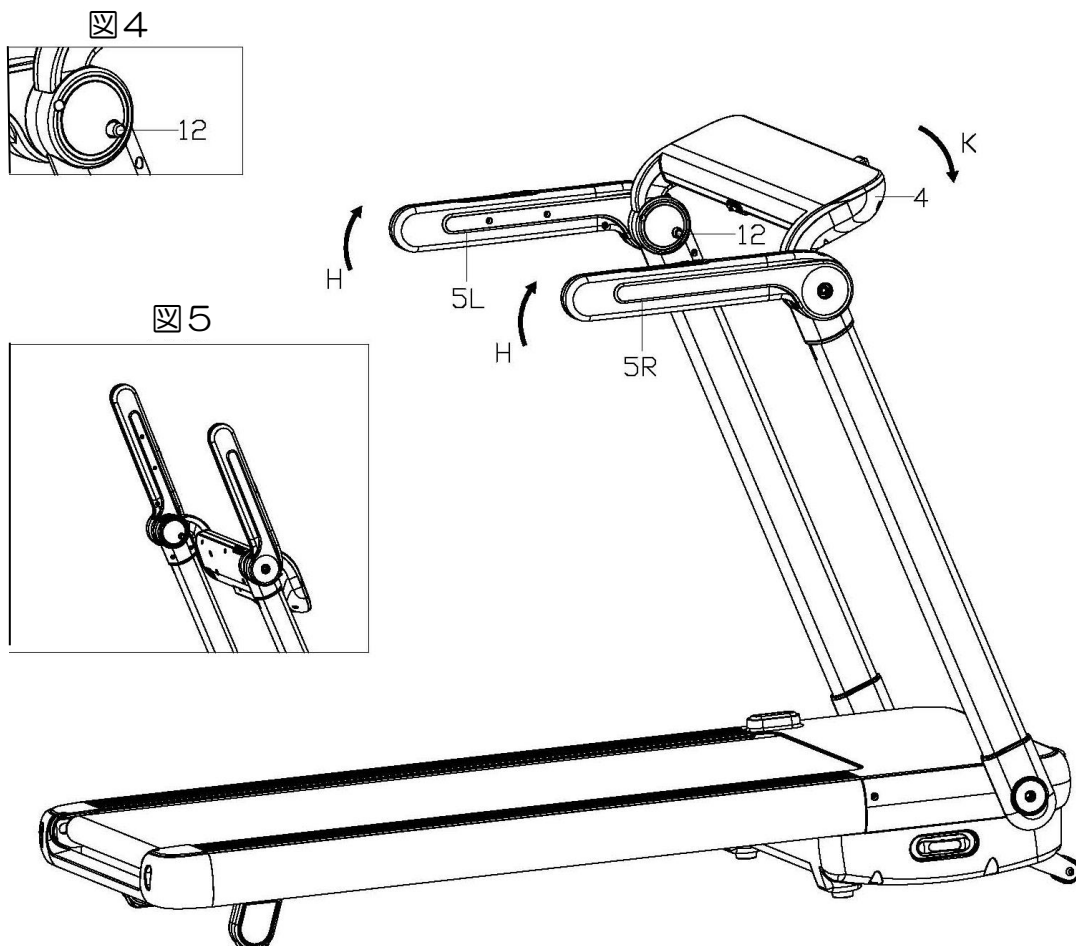
折畳ステップ1

- 1、タブレットホルダー（F）の PUSH ボタンを押して、タブレットホルダー（F）をパネル固定フレーム（42）から抜き出します。
- 2、ドリンクホルダー（40）をパネル（4）Gの位置から取り出します。



折畳ステップ2

- 1、下記図4にあるパネル位置決めピン（12）を押しながら、パネル（4）を矢印Kの方向へ下へ止まるまで回します。
- 2、左右ハンドル（5L/R）を矢印Hの方向に上へ引き起こし、下記図5の状態にします。



折畳ステップ 3

- 1、図6のT型六角レンチ (7) を本体 (2) の右側から取り出し、片手で支柱を押さえながら、T型六角レンチ (7) で本体左右にある内六角ボルト (68) を左側方向へいっぱい回して、ロックを解除します。
- 2、左右支柱Bの所を持ち、左右支柱 (3L/R) を矢印Mの方向へ引下げ、図7の状態にします。それから、T型六角レンチ (7) で左右の内六角ボルト (68) を時計回り方向へ回してロックします、最後にT型六角レンチ (7) を本体 (2) に差込んで戻します。

図6

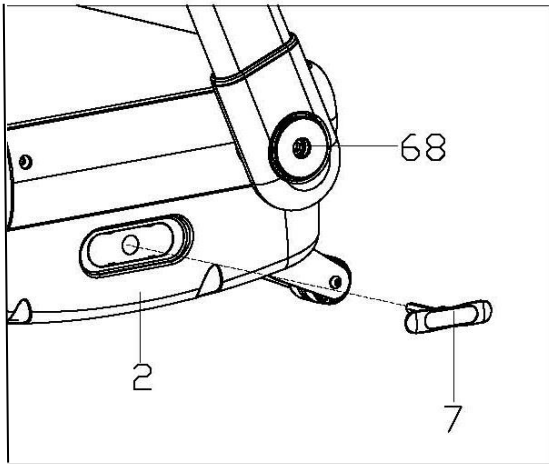
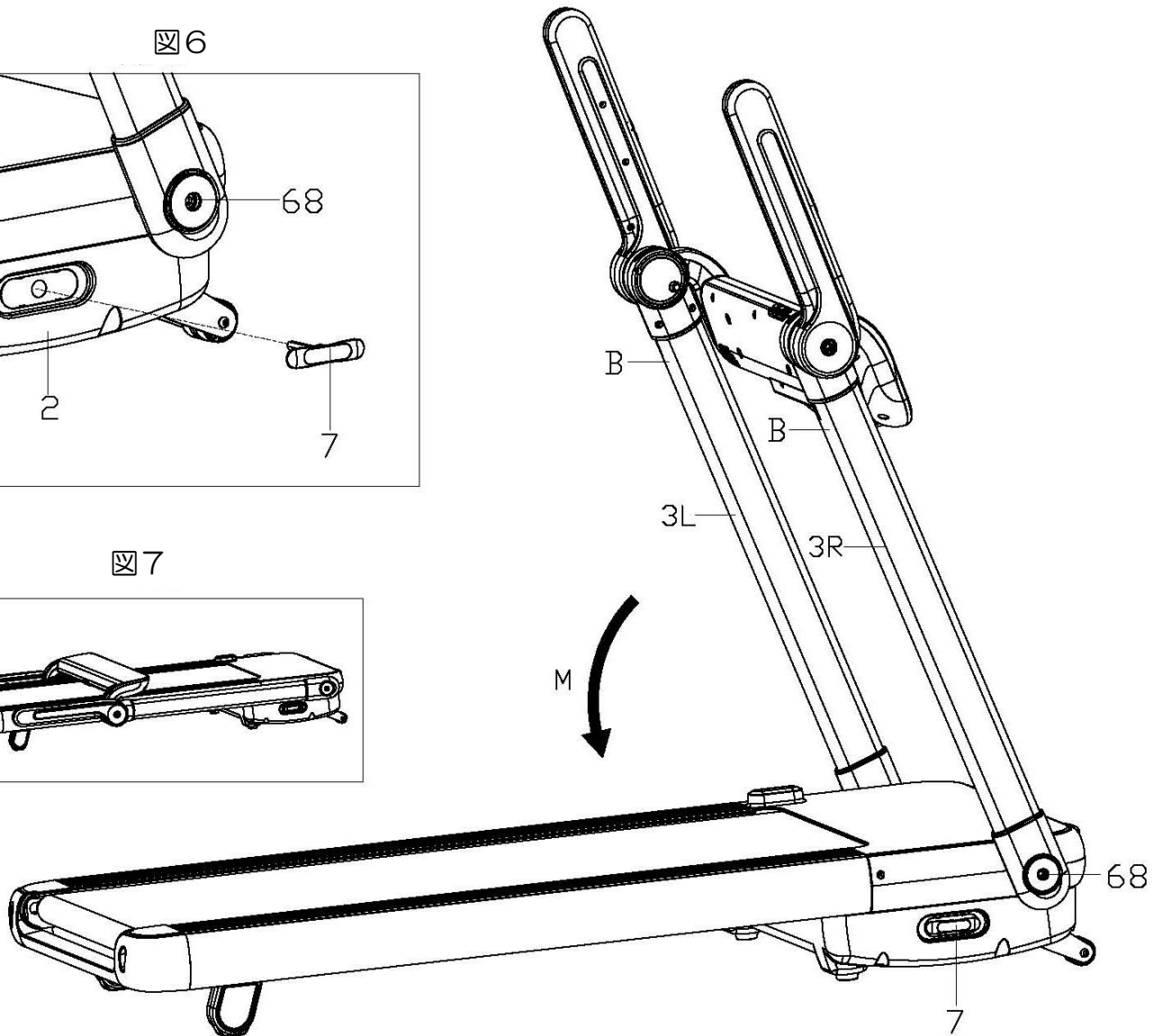
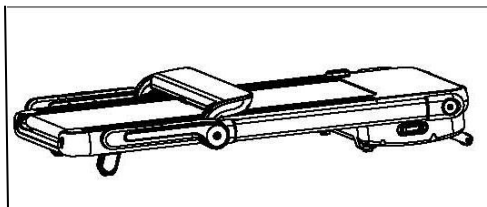


図7



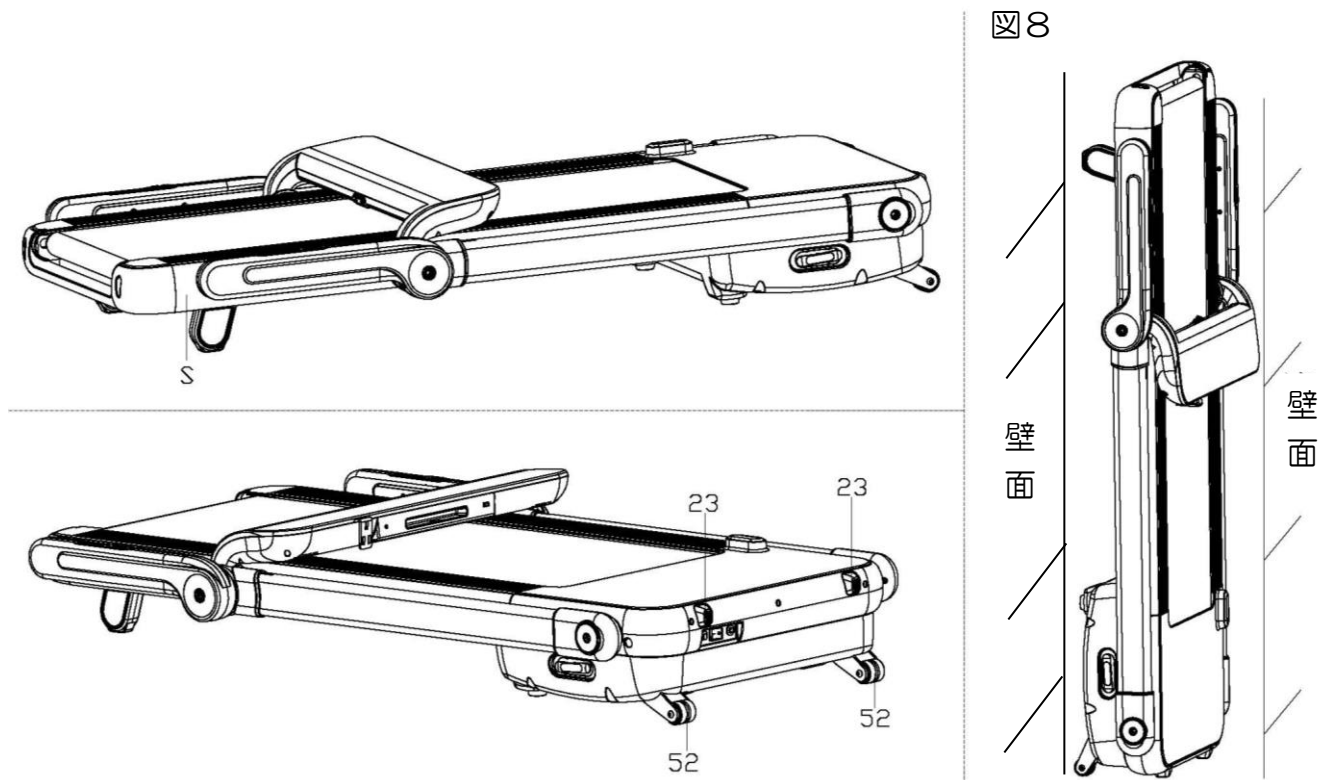
折畳ステップ4（立てる場合）

1、下記図にあるSの所を左右両手で持ち、本体を上引き上げ、移動キャスター（52）とフットパット（23）を同時に着地させてください、最終的に図8の状態にします。

※本機の折りたたみとその解除を行う際、必ず床面が平坦である・障害物に乗り上げていないことを確認して下さい。本機の水平が保たれていない場合、突然倒れ破損や、怪我を負う恐れがあります。

※本機を折畳んだ後に、必ず壁あるいは依存物の近くに置き倒れないようにしてください。

※本機を立てる場合は、お子様が本機に近づいたり、周囲で遊ばないように十分注意してください。



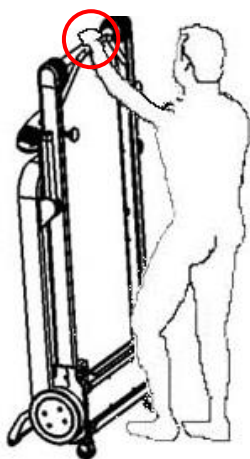
移動方法

本機の移動を行う際、必ず床面が平坦であり・障害物が周りがないことを確認してから行ってください。本機は重量があるため床面に傷がつくことがあります、移動の際には敷物等で養生をしてから動かしてください。（* 体力等に自信のない方は危険ですので、2人以上で行うことをお勧めします。）

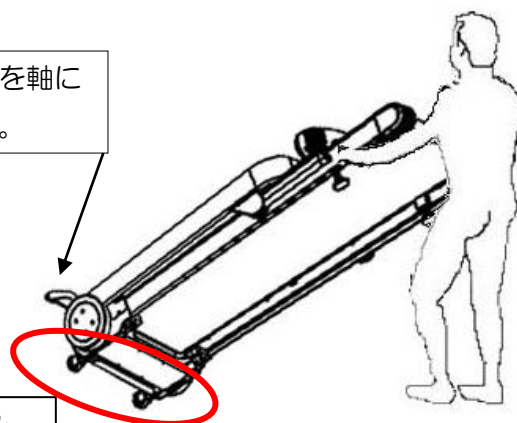
1. 折りたたみ状態にし、
ハンドル部を握ります。

2. 移動用キャスターを軸に、前部を浮かせます。

（* 握っているハンドルから手を離さないように、気を付けてください。）



移動用キャスターを軸に
前部を浮かします。



移動用キャスター

（イメージ図）

移動用キャスターを軸に、前後に移動することが可能です。

（* 移動用キャスターを軸に移動しない場合、本体下のクッションや本体を破損する恐れがあります。）

起動方法 (※運動をする際には必ず運動靴を履いて行ってください。)

- 1 本機を折りたたんでいる場合、安全を確保し折りたたみを解除し、運動できる状態にして下さい。
- 2 電源コードをコンセントの奥までしっかりと差込んで下さい
- 3 電源コードを延長コード等、中継させるものを間に入れずに直接コンセントに差込んで下さい。
- 4 電源スイッチを入れて下さい。
- 5 ベルト脇の左右足踏みプレートに乗り、メーター中央下部にある凹部に重なるようにセーフティキーを置いて下さい。
- 6 セーフティキーから伸びている、紐の先端にあるクリップを衣服に付け、紐がたるみ過ぎない様結ぶなどをして調節して下さい。
(スピードについていけない時など紐のたるみがなくなり、セーフティキーが外れる事により、ベルトが自動的に止まり、全ての動作が停止します。)
セーフティキーが外れると警告が鳴ります。
- 7 運動目的に合わせコンピューターの操作方法を参考に設定し、運動を始めて下さい。

※運動を開始するときには走行ベルトの上にのらず、左右の足踏みプレートに足をのせてからスタートボタンを押し、走行ベルトが動いているのを確認したのちにベルトに足を乗せて運動を始めてください。

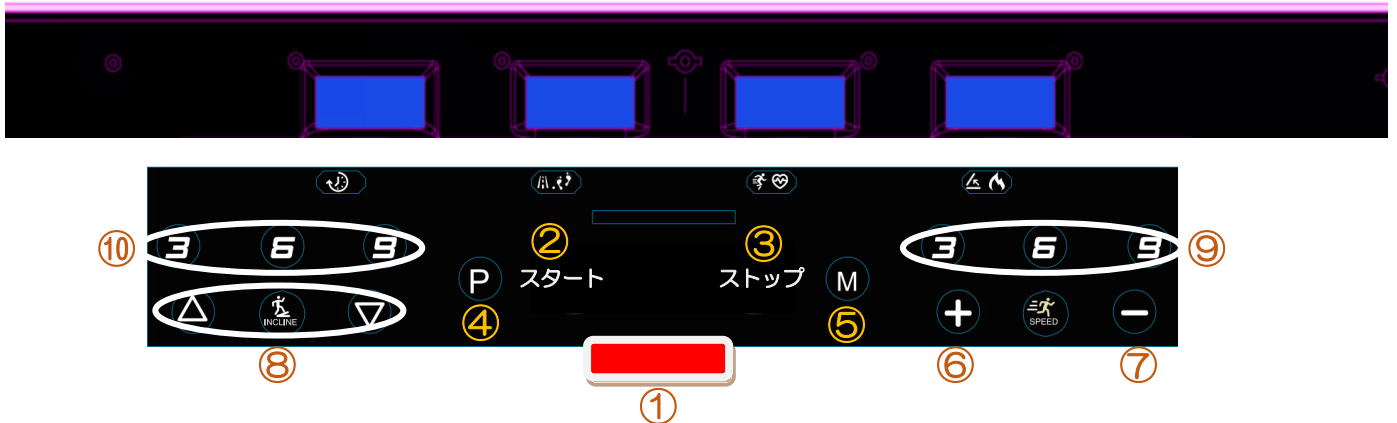
終了方法

- 1 運動を終了する場合、まず安全のために左右足踏みプレートに乗って下さい。
- 2 ストップボタンを押して、ベルトを停止させて下さい。
(セーフティキーを抜いて停止させないで下さい。故障の原因になります。)
- 3 安全に本機より降り、電源スイッチを切って、コンセントから電源コードを抜いて下さい。

※電源を入れた状態で放置いたしますと、故障の原因になります。

運動終了後は速やかにスイッチを切り、コンセントから電源コードを抜くようにして下さい。

パネルの使用方法



操作ボタンの説明

- ① 「セーフティキー」：本機は安全のため速度についていけない等になられた場合に「セーフティキー」がはずれ、ベルトが止まるようになっています。
- ② 「START」スタートボタン：運動を開始するときに押します。
- ③ 「STOP」ストップボタン：運動を停止するときに押します。
- ④ **P** プログラムボタン：マニュアル・P1～P14・U1～U3・FAT（簡易体脂肪計）を選択入力します。
- ⑤ **M** モードボタン：時間（H-1）・距離（H-2）・カロリー（H-3）各目標プログラムを選択します。
- ⑥ **+**（プラス）ボタン：走行ベルトの速度を加速させます。目標数値を選択入力します。
- ⑦ **-**（マイナス）ボタン：走行ベルトの速度を減速させます。目標数値を選択入力します。
- ⑧ **▲ ▼** INCLINE 角度ボタン：傾斜を上下させます。
- ⑨ 「3. 6. 9」速度選択ワンタッチボタン：走行ベルト稼働後、3km/h、6km/h、9km/hを押すことにより、数字の速度に変化します。
- ⑩ 「3. 6. 9」角度選択ワンタッチボタン：走行ベルト稼働後、3、6、9を押すことにより、数字の傾斜に変化します。

表示の説明

TIME（時間）：経過時間を表示します。（0:00 - 99.59 (MIN)）

DISTANCE：（距離）：経過距離を表示します。（0.0 - 99.9 (KM)）

SPEED（速度）：現在の走行ベルトの速度を表示します。（1.0 - 14.0 (KM/H)）

CALORIES：（カロリー）：消費カロリーを表示します。（0.0 - 999 (KC)）

PULSE（心拍数）：簡易心拍数を表示します。（50 - 200 (BPM)）

INCLINE（傾斜）：角度を表示します。（15段階）

プログラム：選択されたプログラムを表示します。

心拍数表示機能

運動中、ハンドル脈拍センサーを左右の手で握ることにより、表示画面に現在の概ねの心拍数が表示されます。

握っても表示されない場合は、手をこすり合わせたり、湿らせてから再度握ってください。（微弱な信号を体内を介してカウントする機構のため、まれに通電しない体質の方がいます。その場合は専用の機器を使って測定を行ってください。）

※ハンドル脈拍センサーは簡易的に脈拍を計測しております。実際の数値とは異なりますので参考程度にご利用ください。

簡易体脂肪計について

運動を行わない状態で、Pプログラムボタンを21回押すとパネルに[FAT]の表示が点灯されます。

Mモードボタンを押してF-1：性別→F-2：年齢→F-3：身長→F-4：体重で任意の数値を「+」アップボタンと「-」ダウンボタンで選択し、モードボタンを押して決定させます。

最後F-4まで入力をして、モードボタンを押してF-5が表示されたら両手でしっかりと左右ハンドルの脈拍センサーを握ってください。

約8秒後に自分の体脂肪値が表示されます。

※この機能は、あくまでも簡易体脂肪計ですので、目安として参考程度でご利用してください。

※運動中には計測はできません。

データカテゴリー	初期設定	設定範囲	備考
性別 (F1)	1 (男)	1-2	1=男 2=女
年齢 (F2)	25 歳	10-99 歳	
身長 (F3)	170 CM	100-220 CM	
体重 (F4)	70KG	20-150KG	

測定結果 F5 : FAT ≤19 — やや痩せ Under weight
 19<FAT ≤25 — 正常 Normal weight
 25<FAT ≤29 — 重量オーバー Over weight
 FAT ≥30 — 肥満 Obesity

※このデータは、あくまでも目安の参考数値です。

ユーザープログラム (U1～U3)

設定方法：

運動を行わない状態で“” ボタンを15回 押して、「U-1」「U-2」「U-3」の内一つを選択し、“Time”の窓口が点滅します、“”、“”、“”、“”のボタンを押して、任意の数値を選択し、“” 「モード」を押して確定させます。

“”、“”のボタンで第1時間段の速度を設定し、“”、“”のボタンで傾斜を設定し、“” ボタンで確定させます、それから順番で第2時間段の設定状態に入ります、20段階まで登録を終えたら、スタートを押して走行ベルトが動き出します。

※設定したユーザープログラムは保存されます。

目標設定プログラム

※目標設定プログラムはカウントダウン方式で、“0”になりますと終了します。

設定方法：

○目標時間設定プログラム

※設定の範囲は5～99分までになっております。

- 1 “” モードボタンを押して[TIME] (30:00) を点滅させます。
- 2 “”、“” ボタンで数値を増減させ、目標時間をセットし、スタートボタンを押すと走行ベルトが動き始めます。
- 3 目標時間設定は5:00 (5分) ～となっています。

※ 尚、設定時間は1分単位での設定となり、秒単位では設定出来ません。

○目標距離設定プログラム

※設定によっては最大使用時間を超えてしまうことがありますが、最大使用時間を厳守してください。

- 1 “” モードボタンを押して[DIS] (1.0) を点滅させます。
- 2 “”、“” ボタンで数値を増減させ、目標距離をセットし、スタートボタンをおすと走行ベルトが動き始めます。
- 3 目標距離設定は0.5 km～となっています。

※ 尚、目標距離は0.1km単位での設定となります。

○目標カロリー設定プログラム

※設定によっては最大使用時間を超えてしまうことがありますが、最大使用時間を厳守してください。

- 1 “” モードボタンを押して[CAL] (50) を点滅させます。
- 2 “”、“” ボタンで数値を増減させ、目標カロリーをセットし、スタートボタンをおすと走行ベルトが動き始めます。
- 3 目標カロリー設定は10キロカロリー～となっています。

※ 尚、目標カロリーは10キロカロリー単位での設定となります。

自動変化プログラム（P1～P14）

P1～P14 各プログラムには、設定された時間に応じて、プログラム内容が 20 段階均等に分かれて作動をします。時間の経過ごとにスピードと傾斜が自動的に変化します。（スピード、傾斜変化状況は下図の通りとなっています。）

スピード・傾斜自動変化状況：

時間 プログラム		設定時間（分）÷20＝1段階の時間																			
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
P01	SPEED	2	3	3	4	5	3	4	5	5	3	4	5	4	4	4	2	3	3	5	3
	INCLINE	1	1	2	2	2	3	3	3	2	2	1	2	2	1	1	3	3	2	2	2
P02	SPEED	2	4	4	5	6	4	6	6	6	4	5	6	4	4	4	2	2	5	4	2
	INCLINE	1	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	4	4	3	2	2
P03	SPEED	2	4	4	6	6	4	7	7	7	4	7	7	4	4	4	2	4	5	3	2
	INCLINE	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	4	4	4	6	6	3	2	2
P04	SPEED	3	5	5	6	7	7	5	7	7	8	8	5	9	5	5	6	6	4	4	3
	INCLINE	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	4	4	4	6	6	3	2	2
P05	SPEED	2	4	4	5	6	7	7	5	6	7	8	8	5	4	3	3	6	5	4	2
	INCLINE	3	3	3	4	4	5	5	5	4	4	4	4	5	5	3	3	3	2	2	2
P06	SPEED	2	4	4	4	5	6	8	8	6	7	8	8	6	4	4	2	5	4	3	2
	INCLINE	3	5	5	5	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	2
P07	SPEED	2	3	3	3	4	5	3	4	5	3	4	5	3	3	3	6	6	5	3	3
	INCLINE	4	4	4	4	3	3	6	6	6	7	7	8	8	9	9	6	6	5	4	4
P08	SPEED	2	3	3	6	7	7	4	6	7	4	6	7	4	4	4	2	3	4	4	2
	INCLINE	4	5	5	5	6	6	6	7	8	9	9	9	10	10	10	12	12	8	6	3
P09	SPEED	2	4	4	7	7	4	7	8	4	8	9	9	4	4	4	5	6	3	3	2
	INCLINE	5	5	5	6	6	6	4	4	6	6	5	5	8	8	9	9	9	7	4	2
P10	SPEED	2	4	5	6	7	5	4	6	8	8	6	6	5	4	4	2	4	4	3	3
	INCLINE	5	6	6	6	7	5	8	8	4	4	4	5	5	8	8	10	10	8	6	3
P11	SPEED	2	5	8	10	7	7	10	10	7	7	10	10	5	5	9	9	5	5	4	3
	INCLINE	4	5	3	2	6	6	2	2	2	2	2	4	5	6	3	2	5	5	2	0
P12	SPEED	3	4	9	9	5	9	5	8	5	9	7	5	5	7	9	9	5	7	6	3
	INCLINE	1	2	3	2	3	5	5	0	0	2	3	5	7	3	3	5	6	5	3	3
P13	SPEED	3	6	7	5	9	9	7	5	5	7	9	5	8	5	9	5	9	9	4	3
	INCLINE	3	3	5	6	5	3	3	7	5	3	2	0	0	5	5	3	2	3	2	1
P14	SPEED	2	2	4	5	6	5	4	3	2	1	2	3	4	5	6	5	4	3	2	1
	INCLINE	4	4	4	4	3	3	6	6	6	7	7	8	8	9	9	6	6	5	4	4

目標 HRC 設定プログラム

※このプログラムを行うには、脈拍を測るための機器（別売のチェストベルト等）が必要となります。
※HRC1 制限速度（4.0km/h まで）、HRC2 制限速度（2.0km/h まで）、HRC3 制限速度（14km/h まで）

- 1 プログラムボタンを 18 回押しして[HRC]を選択し、Mモードボタンで確定させます。
- 2 モニターに「30」が点滅します。これは年齢をあらわしますので、「13～80 歳」の間で (+)、(-) のボタンで選び、「M」ボタンで設定します。
- 3 モニターに数字が出ます。この数字は「 $(220 - \text{設定した年齢}) \times 60\%$ 」＝通常適正脈拍数値を表し、この数値は (+)、(-) ボタンで任意の数値を選択でき、「M」ボタンにより設定します。
- 4 モニターの「TIME」欄に「30 : 00」が点滅し、任意の数値を (+)、(-) ボタンにより選択します。
- 5 「START」を押し、運動を開始します。

※運動中の脈拍に応じてスピード・傾斜が変化しますので、気をつけて運動を行ってください。

※設定によっては、最大連続使用時間（90 分）を超えてしまうことがあります。最大連続使用時間を厳守してください。

MP3/USB について

MP 3 端子はお手持ちの音楽プレーヤー等を端子で接続し、パネルに内蔵されているスピーカーから音を出すことができます。（ラジオ、テレビ等は接続しないで下さい。）

※電源を入れてからプレイヤーなどを端子に差込むと音源を聞く事ができます。

<トラブルがおきたら>

* 下記のようなエラーコードや症状が起こった場合は、故障と判断される前に下記の点をお調べください。

エラーコード	意味	内容（対策）
E01	接続不具合エラー	各接続コネクタに不具合（接続不良・断線等）可能性がある。 モーター、モーター基盤の故障も考えられる
E02	モーター接続異常 エラー	モーターコネクタ接続の確認。 モーター基盤の交換。
E03	速度センサー エラー	速度センサーが速度を感知していない。モーター基盤内のトルクの微調整が必要。 モーターを感知するセンサーが破損。
E04	傾斜作動エラー	傾斜モーターが作動しない状態。接続線の不具合、 傾斜モーターと基盤故障など考えられる
E05	過熱保護エラー	負載超過・ベルト回転異常・電圧異常があるかどうか確認。 モーター・基盤の各接続コネクタに不具合（接続不良等）の可能性 がある モーター、モーター基盤の故障も考えられる。
E06	基盤誤作動エラー	電圧が低いかどうか確認。モーター基盤の交換。 各接続コネクタ接続の確認。

＜使用時間を守ってください！＞

本製品を末長くご使用していただくためにも、モーター保護等の観点から下記に示す使用時間を必ず守ってください。

1. 連続使用時間は**60分**までです。
2. つぎに使用するときには、先に使った時間の**2倍以上**の時間をおいてからご使用ください。
(例：30分間使用⇒60分間以上機械を休ませる。(スイッチ等も切る)⇒新たに使用開始)
3. 一日の総使用時間の限度は**3時間**を上限とさせていただきます。

シリコンスプレーを定期的に塗布することも忘れずをお願いします！（潤滑剤補充の項参照）

症状	原因	処置
動かない (パネルが表示しない)	・電源プラグが差し込まれていない ・電源スイッチをオンにしていない ・セーフティキーが外れている ・接続コネクタが外れている ・メインコードが断線している	プラグをコンセントに差し込んで下さい。 電源スイッチをオンにしてください。 セーフティキーをパネルに置いてください。 コネクタの接続を確認してください。 パーツの交換が必要になります。
走行ベルトがあたっている	・走行ベルト調整をしていない。	走行ベルト調整をしてください。
急に止まった	・セーフティキーが外れている ・ベルトがたるんで空回りしている ・ベルトの摩擦が多い	セーフティキーをパネルに置いて下さい。 ベルトを張りなおしてください。 シリコンスプレーを塗ってください。
画面から文字が消えた 急に止まった	・静電気の可能性が考えられます (乾燥した場所等) ・モーター基盤の故障も考えられます	電源を一旦 OFF にしてから、静電気防止スプレー等を走行ベルトやパネル周りにつける。脈拍センサーや液晶付近を触らないようにして運動を行う。 パーツの交換が必要になります。
走行中空回りや、一瞬止まったような気がする	・走行ベルトがたるんでいる ・モーターベルトがたるんでいる ・シリコンスプレーの塗りすぎ	走行ベルトを調整してください。 モーターベルトを調整してください。 ペーパータオル等で拭いてください。
モーターが熱くなる	・長時間使用した ・寒さでベルトが縮んだ ・ベルトの摩擦が多い	30分以上操作しないでください。 ベルトをゆるめてください。 シリコンスプレーを塗ってください。
本体下に粉が落ちる	・走行・モーターベルトがなじんではない ・靴底のラバーがこすれている	本体の下を定期的に清掃する。
音がする	・ガタツキ・キシミ音がする ・ローラーから音がする ・ベルトが擦っている	設置場所を確認しネジを締め直してください。 本機の下などに物が挟まっていないかを確認してください。 ベルトがどこかにあたっているかを確認後、走行ベルトを調整してください。
コンセントを差し込むと火花が出る	・スイッチが入っている	スイッチを切ってからコンセントを差し込んでください。
走ると「キュッキュッ」と音がする	・前ローラー、モーターベルトに埃がたまっている	モーターカバーを開け、前ローラー、駆動ベルトの溝を歯ブラシ等で掃除をしてください。

使用方法について（運動を行う際には必ず靴を履いておこなってください。）

（スタートボタンを押す前に、必ず足踏みプレートに足を乗せてからスタートボタンを押し、走行ベルトが動いているのを確認してから運動を始めてください。）

保守・運用について

走行ベルトの調整

本機は走行ベルト（以下：ベルト）を前後のローラーで引き、張りを持たせることで走行をさせています。現在ご使用になっている状態で足踏みプレート等にあたっていない場合には、現状で使用をお続けになってください。

もし、下記のような症状があった場合に、ベルトの調整を行うことをお勧めいたします。

* 注意：ベルト調整をする場合、3～5km/h の速度で調整をして下さい。その際、六角レンチで調整ネジを回しすぎると急激にベルトが偏りベルトを破損する恐れがありますので、慎重に調整を行ってください。

<使用中、足を踏み込むと止まってしまう／空滑りをしてしまう>

- 1 右調整ネジに六角レンチを差込右回しで約90度回して下さい。
- 2 左調整ネジに六角レンチを差込右回しで約90度回して下さい。
- 3 左右の調整後、一旦、ベルトを止め、自身で走行してみて止まり/すべりがいいかを確認して下さい。
- 4 まだ、止まり/すべりがある場合には上記1～3までの手順を繰り返し調整して下さい。

<ベルトが持ち上がらない（縦に指2本程度入らない）場合>

- 1 右調整ネジに六角レンチを差込左回しで約90度回して下さい。
- 2 左調整ネジに六角レンチを差込左回しで約90度回して下さい。
- 3 ベルト中ほどの左右どちらか片方の端をつまみ上げ、指2本程度持ち上がる状態に調節できたか確認して下さい。
- 4 まだベルトが持ち上がらない場合は上記1～3までの手順を繰り返し調整して下さい。

<ベルトが右側の足踏みプレートにぶつかっている場合>

- 1 本機を起動させスタートボタンを押し、スピードを3～5km/hまで上げて下さい。
- 2 右調整ネジに六角レンチを差込ベルトの寄りに応じて右回しに回して下さい。
(調整ネジを回しすぎますとベルトが急激に反対方向によりますので、調整ネジは少しずつ回して下さい。)
- 3 ベルトが徐々に左に寄ってきていることを確認して下さい。
- 4 まだベルトが右によっている場合は、1～3までの手順を繰り返し調整して下さい。

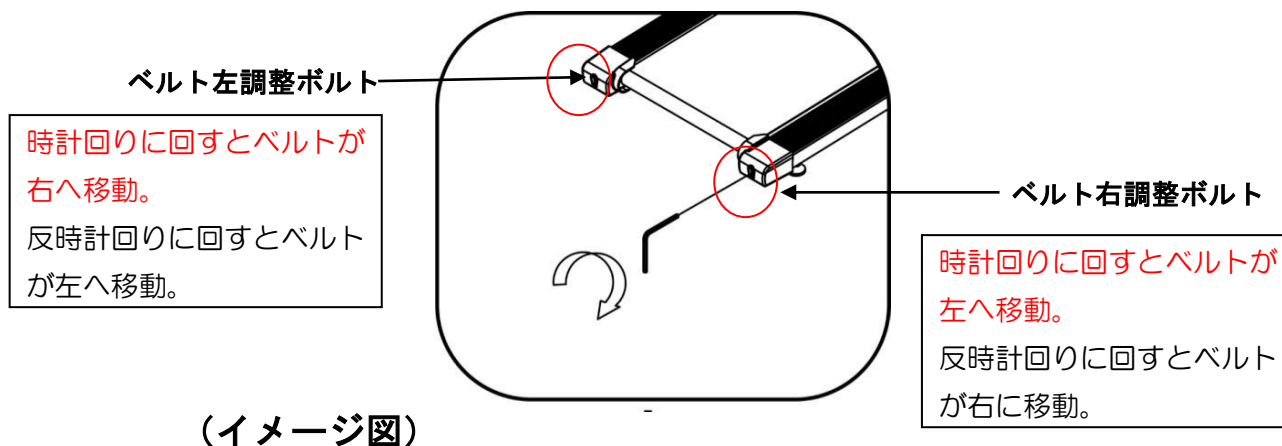
<ベルトが左側の足踏みプレートにぶつかっている場合>

- 1 本機を起動させスタートボタンを押し、スピードを3～5km/hまで上げて下さい。
- 2 左調整ネジに六角レンチを差込ベルトの寄りに応じて右回しに回して下さい。
(調整ネジを回しすぎますとベルトが急激に反対方向によりますので、調整ネジは少しずつ回して下さい。)
- 3 ベルトが徐々に右に寄ってきていることを確認して下さい。
- 4 まだベルトが左によっている場合は、1～3までの手順を繰り返し調整して下さい。

<ベルト調整の注意点>

左右の足踏みプレートにベルトが触れずに、回転をしていれば調整は完了です。

ベルトをプレートに擦ってキズをつけないように注意して行ってください。



潤滑剤（シリコンスプレー）の補充

本製品の走行板（走行ベルト下の板）には工場出荷時に潤滑剤が塗布されていますが、ご購入後の時間経過やご使用頻度に伴いベルトの裏側やボード上に埃が溜まる等の原因で摩擦が増大し、ベルトの消耗が激しくなる・モーターの寿命が短くなるなどの現象が発生して、本来の性能を維持できなくなりますので定期的に清掃と潤滑剤の噴霧が必要となります。

潤滑剤使用の目安

ご購入後の初期段階の噴霧目安

- ・ ご使用時間の経過に伴い工場出荷時の潤滑剤の効果が徐々になくなってきますので、市販のシリコンスプレーをホームセンター等でご購入頂き噴霧して下さい。

＜上記以後の噴霧目安＞

- ・ 2週間以上ご使用のない場合は、運動前に走行面等のホコリを取り除いてから、必ず噴霧して下さい。
- ・ 最低でも1ヶ月に1度以上は噴霧することを心がけて下さい。

潤滑剤の使用方法

ベルトの中ほどの左右どちらか片側の端をつまみ上げボード全体に噴霧して下さい。

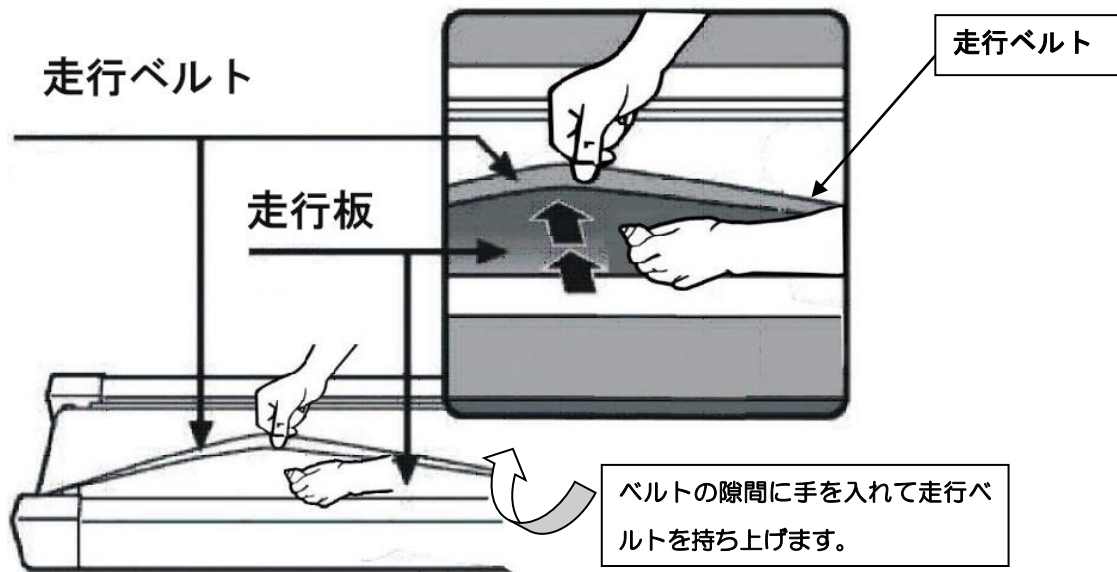
- ※ 注意 潤滑剤を多量に噴霧しすぎるとベルトの作動にかえって悪影響（ベルトが滑る）を与えます。
- ※ 注意 CRC556、グリス等 機械油を潤滑油代わりに使用しますと滑りを悪くします。

使用頻度が多い場合には回数を多めにするようにして下さい。

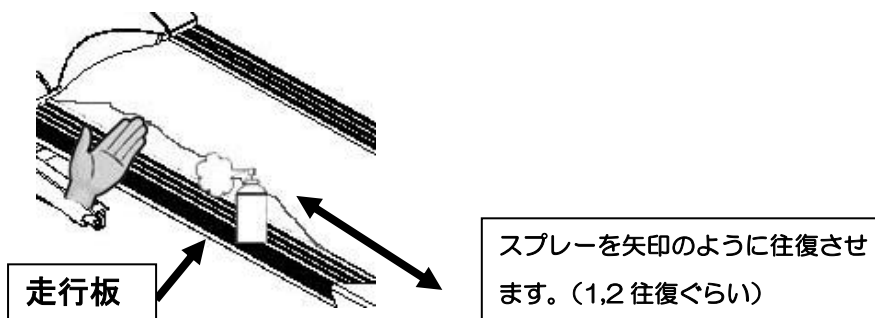
シリコンスプレーの噴霧の方法

シリコンスプレーを噴霧するときは、走行ベルトを停止させた状態で行ってください。

1. 走行ベルトを持ち上げる。



2. 持ち上げた状態で、スプレーを走行板に噴霧します。



3. 反対側からも同じように行います。

※シリコンスプレーに付属している細いノズルをつけて噴霧すると、より効果的です。

＜シリコンスプレーを噴霧するときの注意点＞

- ・シリコンスプレーのつけすぎには注意してください。(つけすぎの場合ベルトが空回りしてしまいます。)
- ・前後のローラーにかからないようにして下さい。
- ・走行ベルト表面には絶対にシリコンスプレーをかけないでください。
- ・シリコンスプレーを噴霧するときには、本体、溝等に溜まっているホコリを取り除いてから、噴霧するようにして下さい。
- ・シリコンスプレーはお近くのホームセンター等でご購入してください。

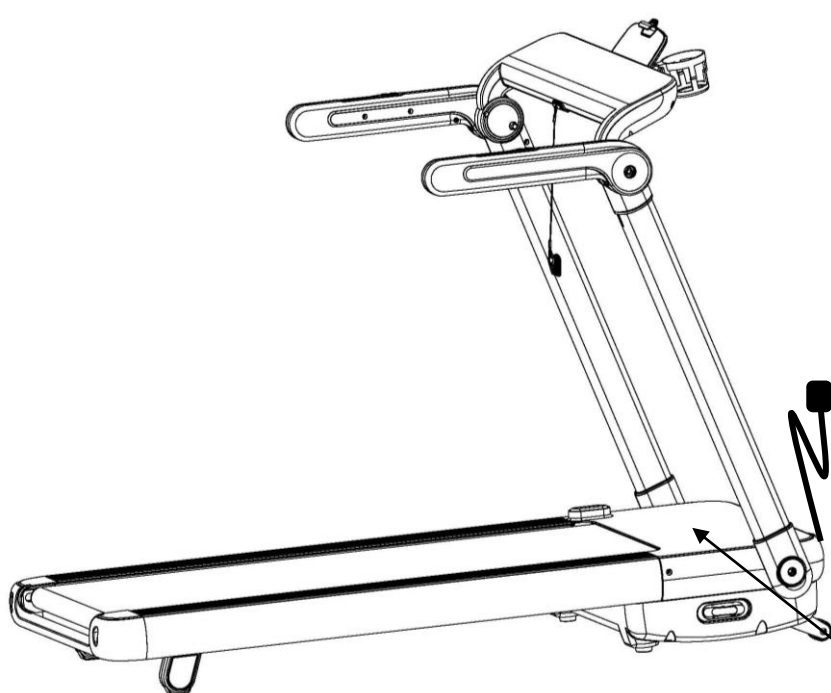
日頃のメンテナンスについて

1年に1回以上はモーターカバーを開け、モーターカバー内のほこり等を掃除機のノズル等を使用して掃除するようにして下さい。

その際、電源コードをプラグから抜いた状態で行ってください。

モーターカバー内の基盤類には直接触れないでください。

(思わぬ故障の原因となります。)



掃除を行う場合には、電源コードをコンセントから抜いてください。抜かないで行うと思わぬ事故につながりますので、必ずコンセントからぬいて作業を始めてください。

モーターカバー

市販のドライバーでカバーについているネジをまわして取り外してください。

保 証 書

本保証書は下記の保証期間ならびに保証条件にしたがって、無償修理することをお約束するものです。この保証書によってお客様の法律上の権利を制限するものではありません。

品 名	D K - 1 2 4 6 D 家庭用 ルームランナー
保 証 期 間	お買い上より1年間
お 買 上 げ 日	年 月 日
お 名 前	
ご 住 所	
T E L	— —

販売店：

- (1) 取扱説明書に従った正常な使用状態で故障した場合は、無料保証いたします。
- (2) 保証期間内に故障した場合は、下記輸入販売元にご連絡ください。
その際、本書、ご購入日付が証明できる書類等の有無をご連絡ください。
- (3) 保証期間内でも次の場合には保証は受けられません。
 - お買上げ後の移動、落下、転倒等の故障及び損傷
 - 本来の使用目的以外による故障及び損傷（ペット等への使用も含む）
 - 火災、地震、風水害、落雷、その他天災地変、公・塩害による故障及び損傷
 - 保管上の不備による故障及び損傷（高温多湿・金属部の錆び・屋外設置等）
 - 不当な修理、改造による故障及び損傷
 - 取付場所の床面の損傷
 - 本保証書がない場合
 - 屋外にて修理を行う場合（建物の外、軒下、集合住宅の共用部等を含む）
- (4) 使用に伴う消耗品は、無償修理交換の対象になりません。
- (5) 一般家庭以外に使用された場合は、無償修理交換の対象になりません。
- (6) 本保証書は再発行いたしませんので大切に保管してください。
- (7) 保証期間が過ぎた後の故障については有償にて対応することは可能です。
- (8) 本保証書は日本国内のみ有効です。
- (9) 本保証書は、お買上げ年月日、販売店名、販売店印が記載されていないと無効です。
ただし、商品をお届けした際の配送伝票控や購入日が証明できるもの等がある場合はその限りではありません。
- (10) 出張修理に関しては、保証期間内でも有償になる場合があります。

フリーダイヤル：0120-25-1622

* 携帯電話、PHS、IP電話からはご利用になれません。

受付時間：平日 AM 10～12 時、PM 1～5 時までになります。

輸入販売元 大広 株式会社

(<http://www.daikou-dk.com/>)

〒103-0007 東京都中央区日本橋浜町 3-41-4 2F

TEL：03-5652-5056 FAX：03-5652-5078

受付時間 （平日 AM 10：00～12：00 PM 1：00～5：00） 土・日・祝日休み