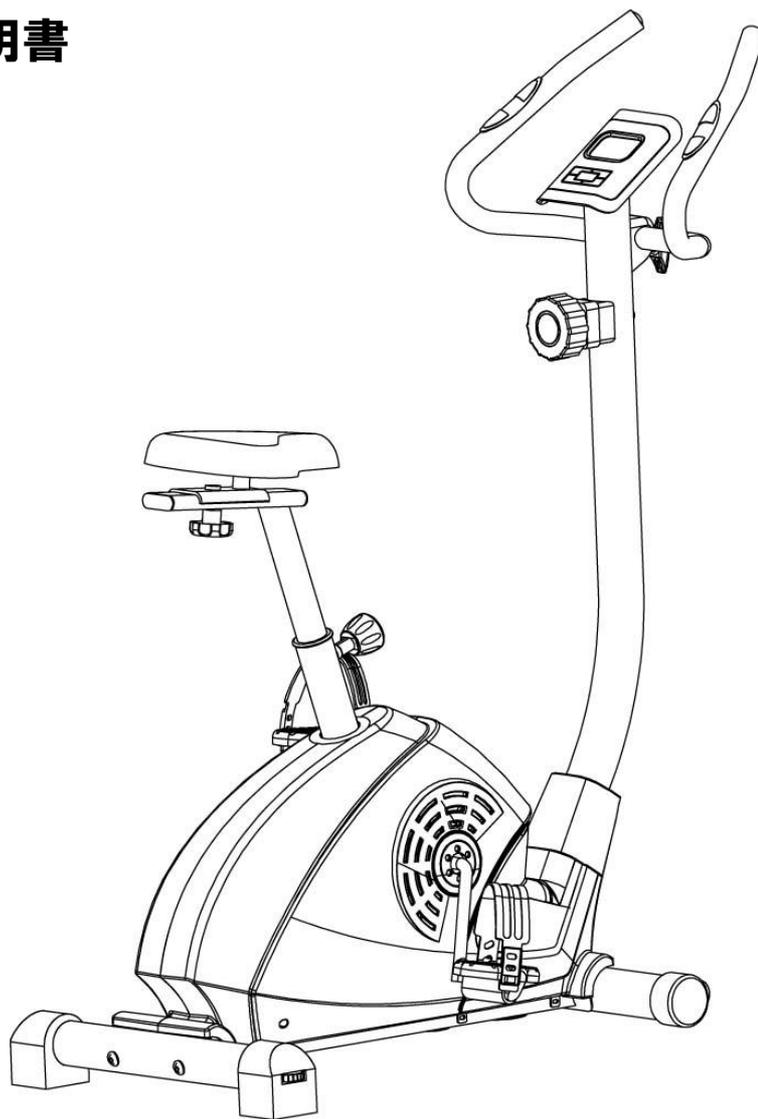


家庭用 アップライトバイク DK-8606

取扱説明書



この度は【リカンペントバイク DK-8606】をお買い上げいただきまして、誠に有難うございます。

◎ ご使用前にこの説明書を最後までお読み頂き、内容をよく理解されてから正しくご使用下さい。

◎ 本書の巻末に保証書がついていますので、手近なところに大切に保管して下さい。

◎ ご不明な点がある場合その都度読み直して頂き、正しくご使用下さい。

◎ 本機は家庭用です。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。ご了承下さい。

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者にご相談下さい。
- 3) お子様、本機を使用したり、遊ばないようにして下さい。また、使用中はお子様近づかないようにして下さい。お子様、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。
- 4) 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)
- 5) 内部点検や修理の際は販売店の指示に従って下さい。
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。



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、体を使うことにより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) 本機ご使用時は、必ず運動靴を履き、回転、駆動部に巻き込まれる恐れがある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) 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ので、一般家庭以外でのご使用はおやめ下さい。（ご使用の場合は無償修理交換の対象外になります。）
- 6) 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。特にお子様のおられるご家庭では注意して下さい。
- 7) 体重が100Kg以上の方はご使用なさないようにして下さい。
- 8) 速度30km/h以上での連続使用はおやめください。
- 9) 60分以上の連続しての使用はなさないでください。
- 10) 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次の場所には設置、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（屋根付ガレージ等）や浴室付近等の湿気の多い場所
 - ・磁気や電氣的雑音の発生しやすいものの近く

☆保管上の注意事項

- ご使用前にはハンドル・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。
- 本体には絶対に寄りかかったり、乗らないで下さい。
- 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。
- ペダル及びベルト、サドル、バックレスト、ノブボルト、ハンドル等のラバーは消耗品のため、ご購入日より3ヶ月以上経過したものについては有償となります。

仕様

品名 /リカンベントバイク
電源 /単三電池 2本使用
材質構造 /スチールパイプ・ウレタン・ABS樹脂
メーター /ABS樹脂
負荷調整/マグネット式（8段階）
脈拍検知方式/グリップ式
本体重量 /31kg
寸法 /W47×L102×H131（cm）

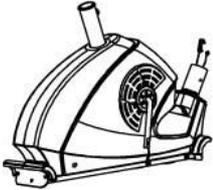
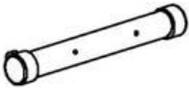
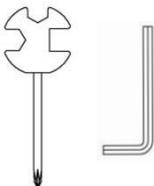
品番 /DK - 8606
表示方式 /液晶パネル
使用体重制限/100kg

生産国 /中国

部品一覧表

パーツ表の中には本体に装着されているものがあります。ステップごとに必ず確認してから組立ててください。

い。

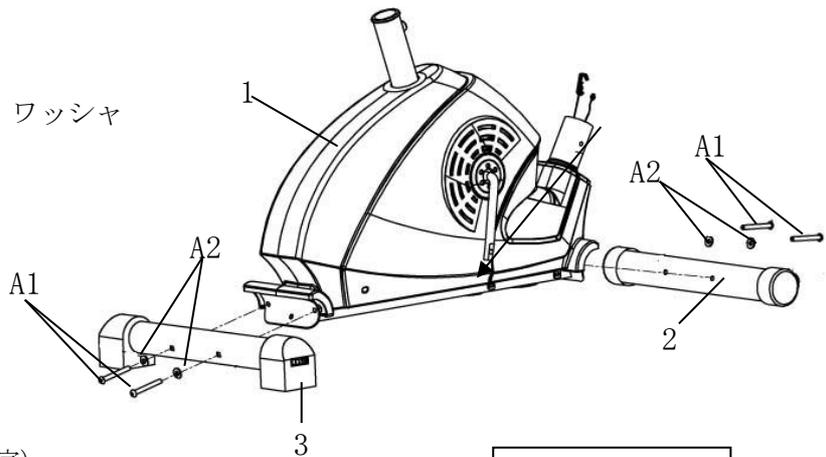
<p>1:本体</p> 	<p>2:フロントスタンド (キャスター機能付)</p> 	<p>3:リアスタンド</p> 	<p>4:ペダル・バンド 4-L:左 4-R:右</p> 	<p>5:サドル 6: サドルスタンド</p> 
<p>7:サドルポスト</p> 	<p>8:ノブボルト-1 9:ワッシャ</p> 	<p>10:ノブボルト-2</p> 	<p>11:パネルポスト</p> 	<p>12:ポストカバー</p> 
<p>13:ハンドル (心拍)</p> 	<p>14-1:スペーサー 14-2:ワッシャ</p> 	<p>15:ハンドルカバー 16:ハンドルレバー</p> 	<p>17:パネル</p> 	
<p>A1:ボルト 75mm 4本 A2:ワッシャ 4枚</p> 	<p>A3:ナット 3個 A4:ワッシャ 3枚</p> 	<p>A5:ボルト 16mm 4本 A6:ワッシャ 16mm 4枚</p> 	<p>A7:ボルト・ワッシャ (パネル用)</p> 	<p>工具類</p> 

組立方法

*組み立てる前にすべての部品が揃っているかを確認した後、ステップ1から順番に組み立てて下さい。(1・本体についているネジが欠落している場合がありますので、梱包されていた箱の中も確認してください。2・本体についているネジは必ず作業を行う直前にはずしてください。*先に外してしまうとどの部分のボルトかわかりかねますので必ずお守りください。)

ステップ1 (スタンドの取付)

1: 本体に 2: フロントスタンド、
3: リアスタンドを A1: ボルト、A2: ワッシャ
にて固定します。

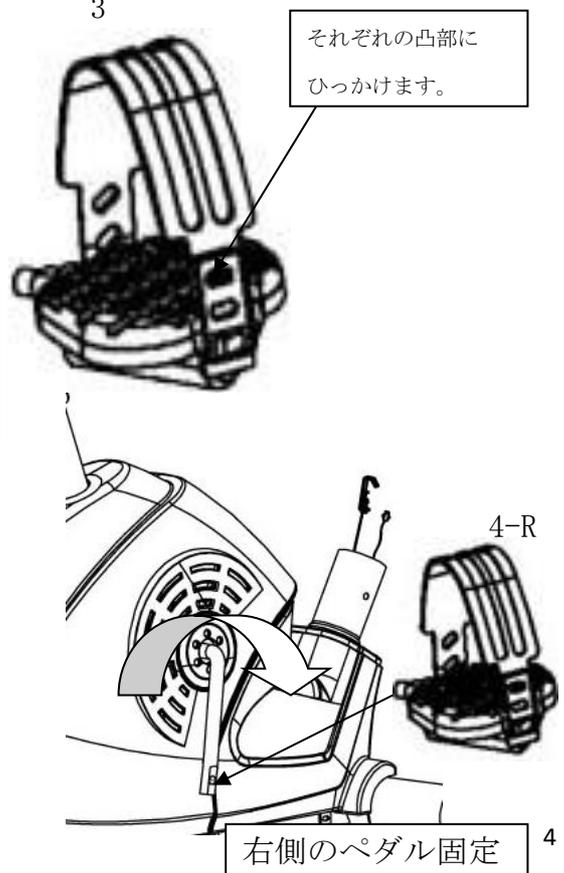


ステップ2 (ペダルバンド・ペダル固定)

<1> ペダルにバンドを取付けます。
(左 (L)、右 (R)) を間違えないよう
にして下さい。)

バンド及びペダルにはL (左)・R
(右) の印がありますので、必ず、
同じ印の物を取り付けてください。

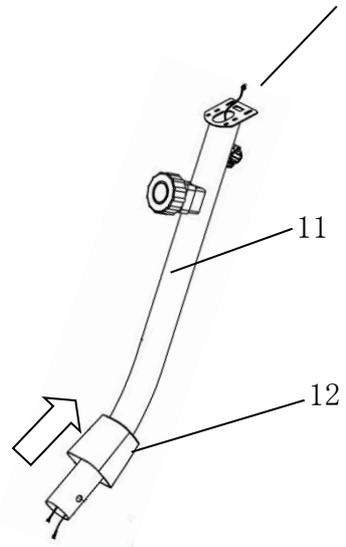
<2> <1>で組立てたペダルを 1:
本体①に固定します。左側のペダル
は左回りに、右側のペダルは右回し
でねじこんでください。(*左ペダルは
L、右ペダルはRのマークがありますので



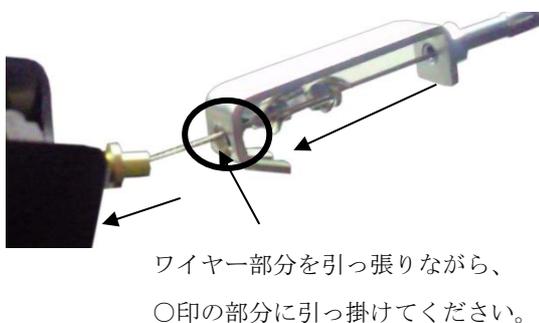
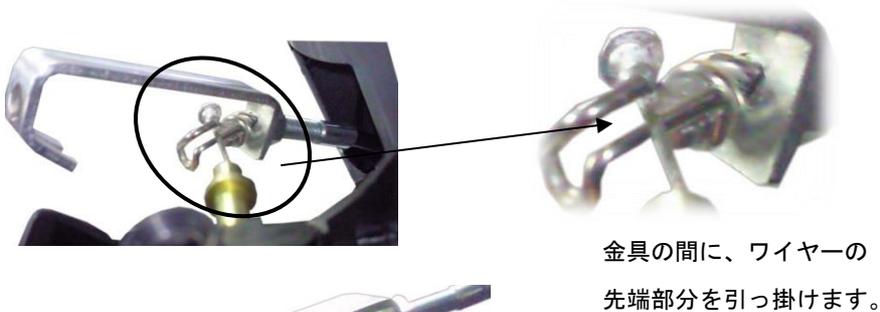
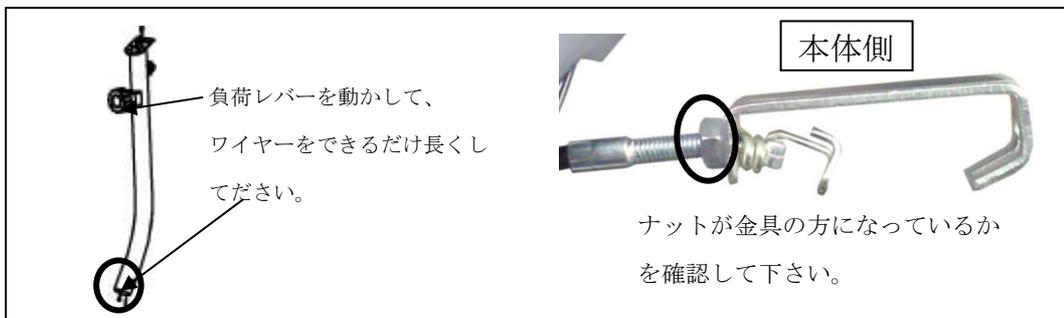
10 : ノブボルト-2 で固定します。

ステップ 4 (パネルポストの組立)

<1>11 : パネルポストに 12 : ポストカバーを挿入します。



<2>10 : パネルポストから出ているワイヤーと、1 : 本体から出ているワイヤーを取り付けます。

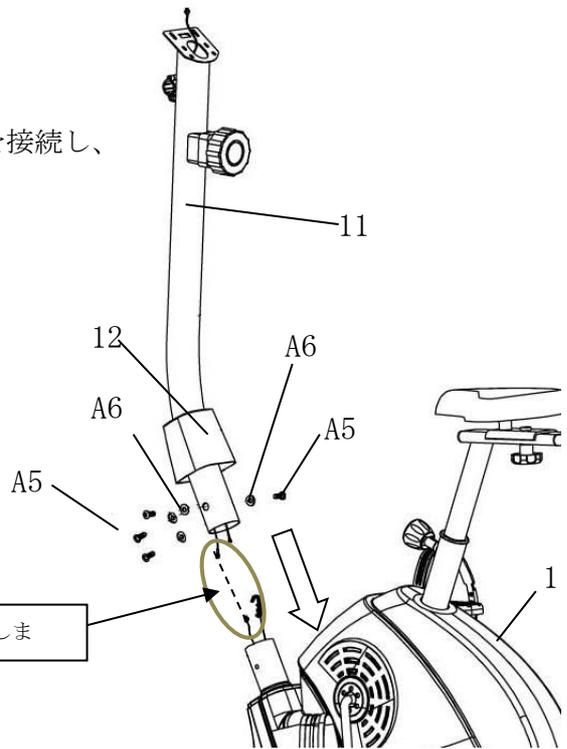


<2> 10 : パネルポストから出ているコネクタを接続し、

1 : 本体に差し込み、ボルト等で固定します。

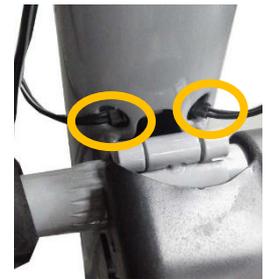
A7:ボルト、A8 : ワッシャ、A3 : R ワッシャ
 A2:S ワッシャは 1 : 本体に仮止めされ
 ている場合がありますので、一旦外してから
 作業を始めてください。

コネクタを接続しま



ステップ 5(フロントハンドル固定)

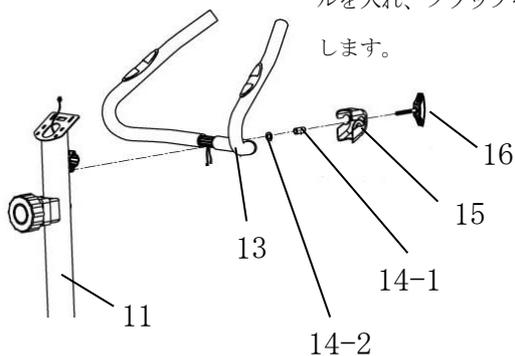
11 : パネルポスト裏側の穴 (右図○印) に 13 : フロントハンドルから出ているコードを挿入し、11 : パネルポストの上 (矢印の方向) から出します。14-2 ワッシャ、14-1 : スペーサー、15 : ハンドルカバー
 16 : ハンドルレバーで固定します。



<1>フラップを上げま
 す。



<2>フラップを上げた
 ころに 12 : フロントハンド
 ルを入れ、フラップを降ろ
 します。



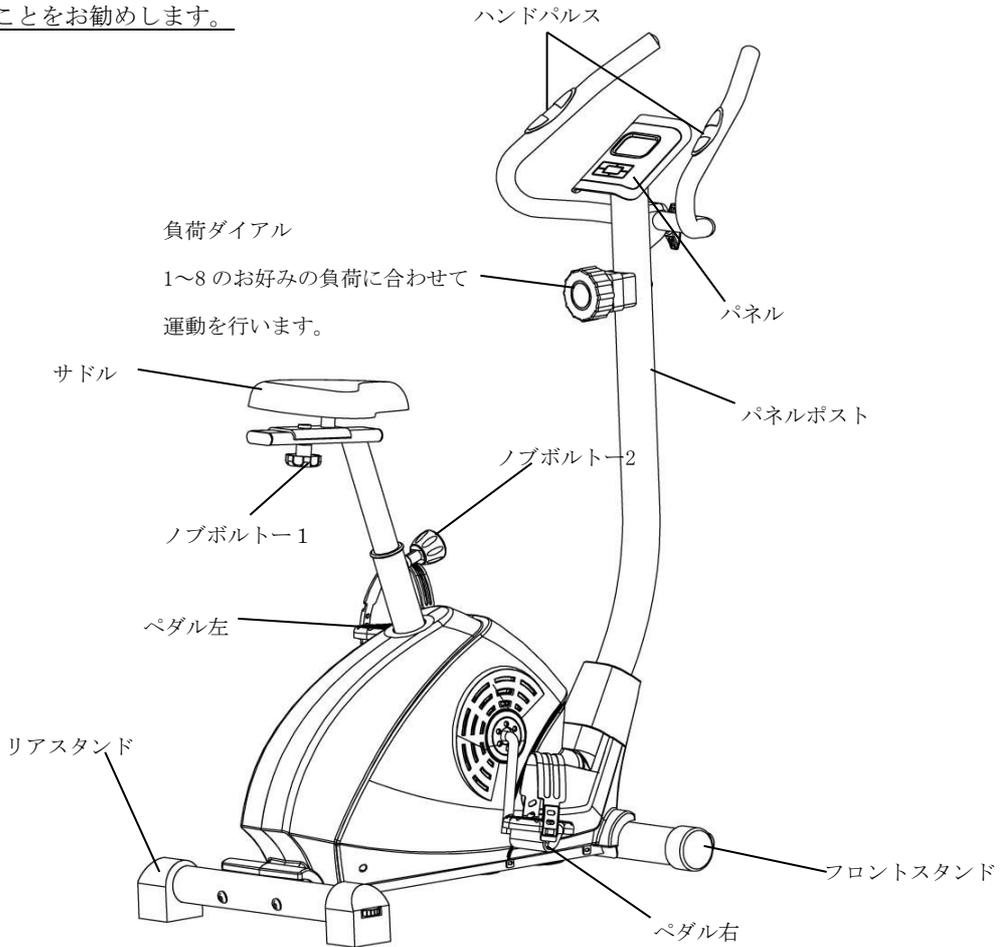
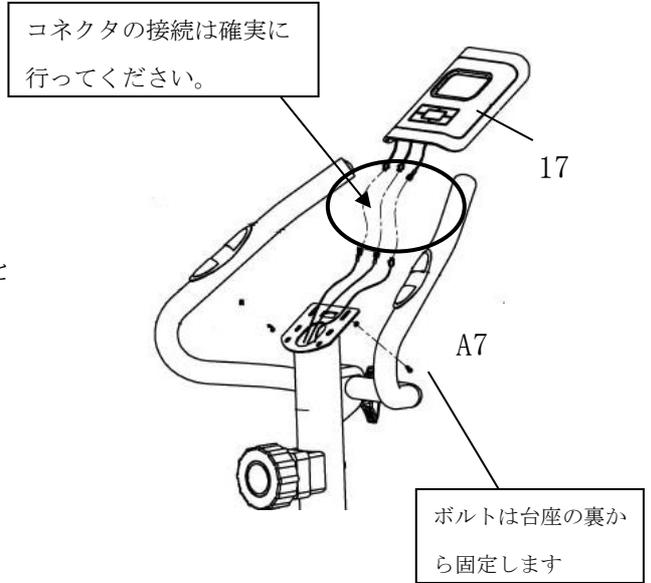
ステップ 6(パネルの固定)

11 : パネルに単三乾電池を入れた後、
パネル裏についている A7: ボルト・ワッシャを
外し、10 : パネルポストから出ているコネクタと
ステップ 5 で出したコネクタを
11 : パネルから出ているコネクタと接続し、
先に外した A7 : ボルト・ワッシャで固定します。

付属の乾電池は確認用

ですので、新しい乾電池を

ご使用することをお勧めします。



パネル表示説明、操作方法

操作を 10 分以上行わない場合には、スリープモード（パネルの表示が消えます。）に入ります。



① リセットキー：設定の数値を「0」・体脂肪を測るときに押します。

長押しすることにより数値を「0」にします。（気温を除く。）

② モードキー：運動を行っていない時に時間、距離、カロリーの目標値を設定するキーです。

③ アップ/回復（リカバリー）：数値を入力するとき、リカバリーを行うとき押します。

④ ダウンキー：数値等を入力するキーです。

⑤ 体脂肪キー：運動を行っていない時に体脂肪を測るときに押すキーです。

パネル表示について

1. SPEED：速度が表示されます。（連続して 30km/h を超える速度での使用はおやめください。）
2. TIME：時間が表示されます。モードキーを押して任意に 1 分単位で設定してエクササイズが行えます。任意に設定した時間からカウントダウンし、0 になったときに音がします。
3. DIS：距離の表示をします。モードキーを押して任意に 0.1km 単位で設定してエクササイズが行えます。任意に設定した距離からカウントダウンし、0 になったときに音がします。
4. CAL：カロリーを表示します。セットキーを押して任意に 1 kcal で設定してエクササイズが行えま

す。任意に設定した時間からカウントダウンし、0になったときに音がします。

5. TEMP：簡易的に温度を表示します。(パネルが非表示のときのみ)

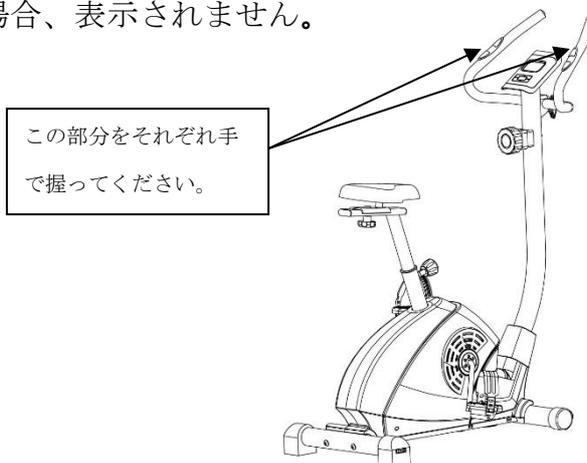
6. PULSE♥：脈拍数を表示します。両手でハンドル部のパルスを握ることにより測定できます。パルスを握らない場合、表示されません。

脈拍数のはかり方

ハンドルパルス部分(銀色の部分)を

それぞれの手で同時に握ります。

(右図を参照してください。)



設定方法 (*設定によっては**60**分を超えてしまいますので、必ず連続使用時間はお守りください。)

時間・距離・カロリーを目標の数値に設定をしてエクササイズができます。

[時間設定]：モードキーを押し **TIME** 欄を点滅させて、アップ・ダウンキーにて任意に1分単位で設定してエクササイズが行えます。設定した時間からカウントダウンし、0になったときに音がします。

[距離設定]：モードキーを押し **DIS** 欄を点滅させて、アップ・ダウンキーにて任意に0.1キロ単位で設定してエクササイズが行えます。設定した時間からカウントダウンし、0になったときに音がします。

[カロリー設定]：モードキーを押し **DIS** 欄を点滅させて、アップ・ダウンキーにて任意に0.1キロ単位で設定してエクササイズが行えます。設定した時間からカウントダウンし、0になったときに音がします。

[温度選択]：℃(摂氏)または℉(華氏)の選択をアップ・ダウンキーにて選択できます。

簡易体脂肪の測定方法 (*この機能は、あくまでも簡易的ですので参考程度にご使用ください。)

①<体脂肪>キーを押します。→②(N o. 1~8)をアップ・ダウンキーで選択しモードキーを押し確定します。→③体重(k g)アップ・ダウンキーで選択、モードキーで確定。→④身長(c m)アップ・ダウンキー

で選択、モードキーで確定。→⑤年齢アップ・ダウンキーで選択、モードキーで確定。→⑥男・女アップ・ダウンキーで選択、モードキーで確定。→⑦リセットキーを押す。→⑧両ハンドルをそれぞれ握る。(約 10 秒)

*測れない等の場合「Er.1」が出ます。その場合、リセットキーは押し、再度行ってください。

回復（リカバリー）運動後の心拍回復度合いが計測できます。

本機能を行う際、運動を行ってある程度心拍数を上昇させてから行ってください。

<1>エクササイズ後、「SPEED」を「0」の状態にし、ハンドパルスを握り脈拍を表示させます。

<2>一旦、パルス部より手を離し、パネルの「アップ/回復」ボタンをおし、再びパルス部をそれぞれ同時に 60 秒間握ります。

<3>パネルの「TIME」に 60 秒からカウントダウンをしていき「0」になったときに、

F1（回復に度合いが大変良い）～**F6**（回復度合いが大変悪い）の 6 段階で表示されます。

以下の場合には計測ができないことがございます。

*運動中に本機能はご使用できません。

*60 秒の途中で心拍センサーから手を離す。

*「アップ/回復」ボタンを押し、脈拍が計測できない時…等

この機能は日々の運動の参考程度にご使用ください。

サドル調整方法（ご使用前に必ず調整を行ってください。）

<1>高さ調整（ノブボルト-2）

ノブボルト-2 引きながら

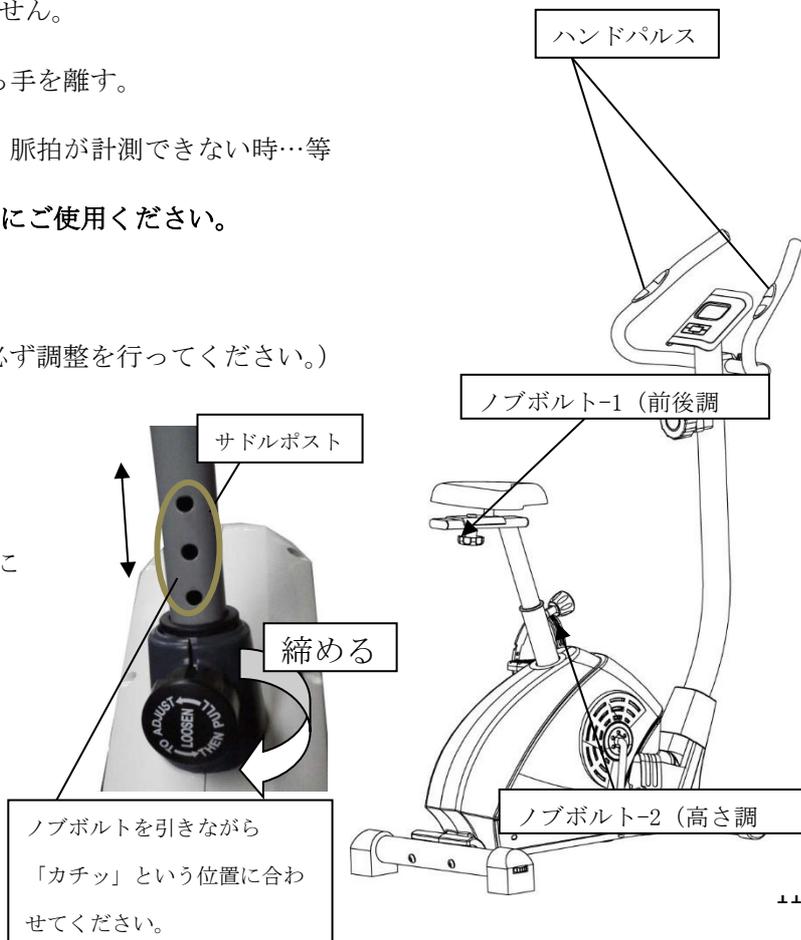
サドルポストの任意の穴の位置に

あわせ、右図のようにまわして

固定します。（ノブボルト-2 を

閉めないでグラつきますので、

必ず確認してください。）

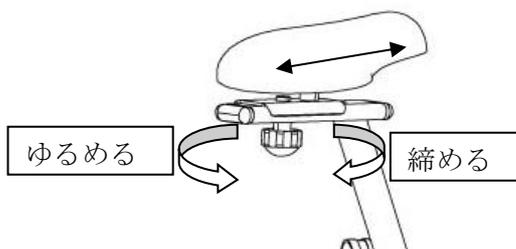


<2>前後調整（ノブボルト-1）

*緩める際はサドルが動く程度に緩めてください。

任意の位置で固定してください。

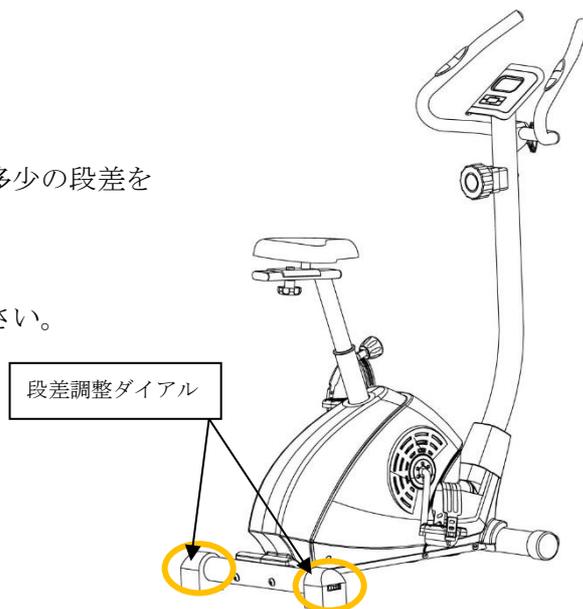
（締め方が緩い場合グラつきますので必ず確認してください。）



段差調整方法

リアスタンドの調整ダイヤルを回すことにより、多少の段差を解消することが可能になります。

グラつきがある場合には、調整を行ってみてください。



操作方法についての注意点

本製品は「空回り」（ペダルに足をのせた状態で止まっている状態）ができません。

今まで漕いでいたスピードで同時にペダルも回り続けますので、終える際には漕ぐスピードを落としてから終えるようにして下さい。立ち漕ぎ・ペダルから脚を降ろした状態は絶対におやめ下さい。

故障かなとおもったら

下記のような症状が起こった場合に、故障と判断される前に下記の点をお調べください。

症状	原因	処置
表示パネルが作動しない	乾電池の +・- の入れ間違い 接続コネクタが外れている 乾電池がきれている。	乾電池の +・- を確認して入れなおしてください。 コネクタの接続を確認してください。 新しい電池に入れ替えてください。
ペダルが取り付けられない	ペダルの左右を間違えている	組立方法のステップ 2 を参照してください。
脈拍が測れない	脈拍コードの接続が不十分 パルスを握っていない	コネクタの接続を確認してください。 本書の 10 ページを参照してしっかりと両手で握ってください
負荷が変わらない	負荷ダイアルのワイヤーが掛っていない	本書の 6 ページを参照して、組立を確認してください。

★ お手入れ上の注意

- 汚れや使用後の汗等は、中性洗剤を薄めて含ませ固く絞った布で拭き、その後乾いた布でふき取ってください。
- 水をかけたり、シンナー・ベンジンなどで拭かないでください。
- パネルの汚れや汗、水分等は乾いた布で拭いてください。

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	DK-8606 家庭用 アップライトバイク
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	
TEL	— —

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、お買上げの販売店にご依頼ください。その際には本書をご提示ください。
- (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
 - 火災、地震、風水害、落雷、その他天災地変・公害・塩害等による故障及び損傷
 - 保管上の不備による故障及び損傷
 - 不当な修理、改造による故障及び損傷
 - 設置場所等の床面などの損傷
 - 本保証書の添付のないもの
- (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修理交換します。
- (8) 本保証書は日本国内のみ有効です。
- (9) 修理品については運賃、諸費用は原則としてお客様負担でお願いします。
- (10) 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がある場合はその限りではありません。
- (11) 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

輸入販売元 大広 株式会社

〒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 10：00～12：00・13：00～17：00) 土・日・祝日休み