

MARCHER

カーブウォーカー FT-005

MARCHER Curve Walker

取扱説明書



【目次】

- 安全にご使用いただくために… 1
- 部品一覧表…………… 2
- 組立方法…………… 3～4
- 本体説明…………… 5
- 使用方法…………… 6
- 表示パネルについて…………… 7
- トレーニングについて…………… 8
- トラブルが起きたら…………… 9
- 折り畳み、移動について… 10
- シリコンオイル注油… 10～11
- 製品仕様…………… 12
- 保証書

家庭用

このたびは本商品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。
正しくお使いいただくために、ご使用前には必ずこの説明書をお読み下さい。
取扱説明書はお読みになったあとも大切に保管してください。

在日外国人の方はこの取扱説明書を通訳できる方から説明を受けてください。

For your safety and comfort. If you are alien who live in Japan, please ask someone who understand this manual to make detailed explanation for you.



安全にご使用いただくために・お手入れ上の注意

本機は、健康維持・増進を目的とした製品である為、心臓病、高血圧、その他病気や障害があり、事前に医師に相談する必要がある場合は必ず相談してから使用してください。

「安全にお使いいただくために」はご使用の前に、よくお読みのうえ、正しくお使いください。

安全にご使用いただくために

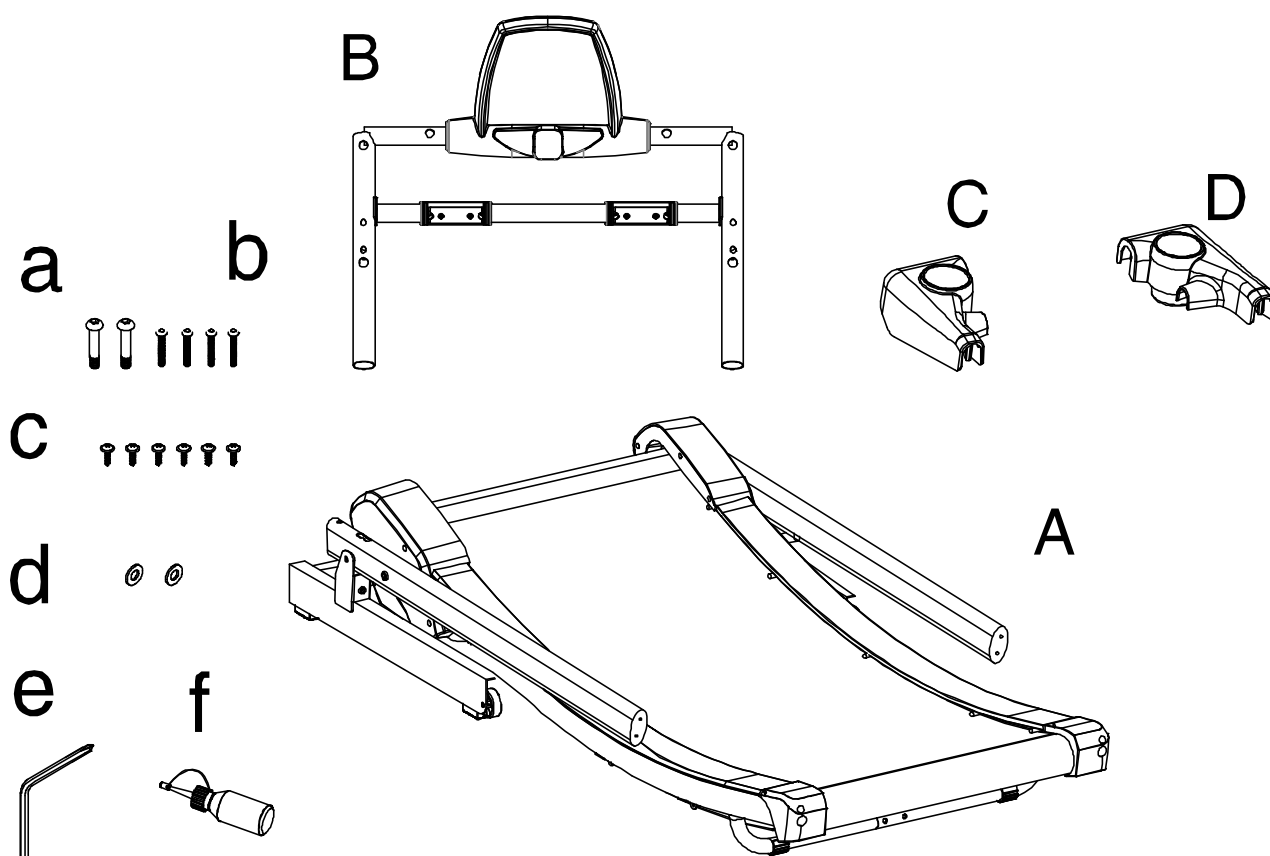
- ① ご使用前に各部のボルト・ナットが完全に固定されているか、ゆるみやガタつきがないか確認してください。
- ② トレーニング中に、目まいや吐き気、その他身体に異常を感じたら、ただちにトレーニングをやめてください。また、体調がすぐれないと感じたときは、トレーニングを控えてください。
- ③ ご年配の方、特に運動習慣のない方がご使用になる場合は、念のため専門の医師またはスポーツトレーナーにご相談ください。
- ④ ご使用の際は、運動に適した服装、シューズを着用してください。
- ⑤ トレーニングを始める前には、十分なストレッチやウォーミングアップを行ってください。
- ⑥ 飛び乗り、および飛び降り、横向きや後向きでの使用、複数人での使用もおやめください。
- ⑦ 本機にお子さまをのせたり、いたずらをさせたりしないようご注意ください。
- ⑧ 本機の上に絡みやすい物を置いたり、操作部や手すりにタオル等を掛けての使用は、本体に巻き込まれる危険がありますのでおやめください。
- ⑨ 本機の電子部品に水をかけたり、ぬらしたり、特に湿気の多い場所では使用をしないでください。感電や誤作動及び電子部品の破損等の危険があります。
- ⑩ 平坦な床面に安定した状態で接地し十分に動けるスペースをとって使用してください。またご使用にあたっては、周りに人(特に幼児)のいない事を確認してください。
- ⑪ 体重 100kg 以上の方は使用しないでください。
- ⑫ 本機の分解・修理・改造は絶対にしないでください。
- ⑬ 本機は家庭用の屋内で使用するための製品であり、屋外で使用は保証の対象外となります。専門のスポーツジムや学校など、不特定多数の方のご使用の場合保証の対象外となります。
- ⑭ 本機の連続使用時間の目安は約 1 時間です。それ以上の使用は故障の原因となります。
- ⑮ 本来の目的以外では絶対に使用しないでください。
- ⑯ 本機には重い部品や、鋭利な部分があります。成人2人で組立ててください。組立の際は、軍手等を着用してください。

お手入れ上の注意

- ① 汚れや使用後に付いた汗等は、石鹼水を含ませて良くしぼった布で拭き、その後乾いた布で拭いてください。
- ② 水をかけたり、シンナー・ベンジンなどで拭いたりしないでください。

部品一覧表

部品番号	名称	個数	部品番号	名称	個数
A	本体フレーム	1	a	六角ボルト(M8×P1.25×80mm)	2
B	表示パネル	1	b	六角ボルト(M8×P1.25×50mm)	4
C	カップホルダー(左)	1	c	タッピングネジ(φ4×16mm)	6
D	カップホルダー(右)	1	d	曲ワッシャー	2
			e	工具	2
			f	シリコンオイル	2



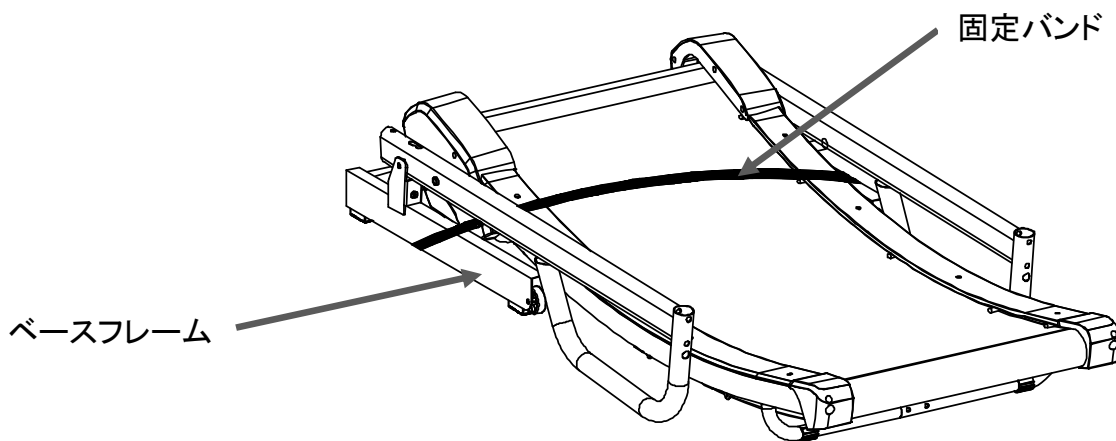
組立方法（1）

※組立をする前に全ての部品が入っているか、ご確認ください。

組立は大人2人で組み立ててください。

手順1

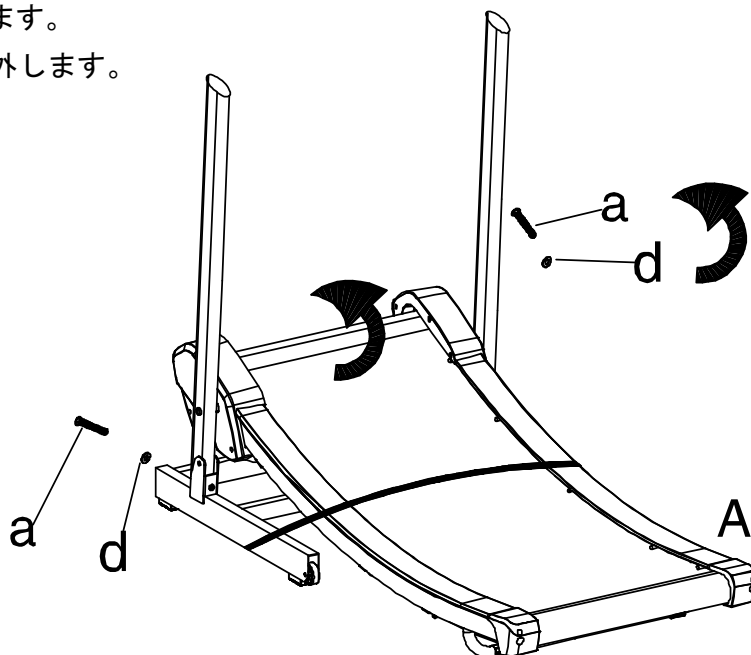
1. まず箱から本体フレームを取り出します。この時まだ、固定バンドを外さないでください。
※固定バンドを最初に外してしまうとベースフレームが伸び上がり危険を伴いますので、
ご注意ください。



手順2

左右の支柱を取り付けます。

1. まず右側の支柱を立てて a : 六角ボルト、d : ワッシャーで固定します。
※この時、まだ仮止めにしてください。
2. 左側も同様に取り付けます。
3. 次に固定バンドを取り外します。



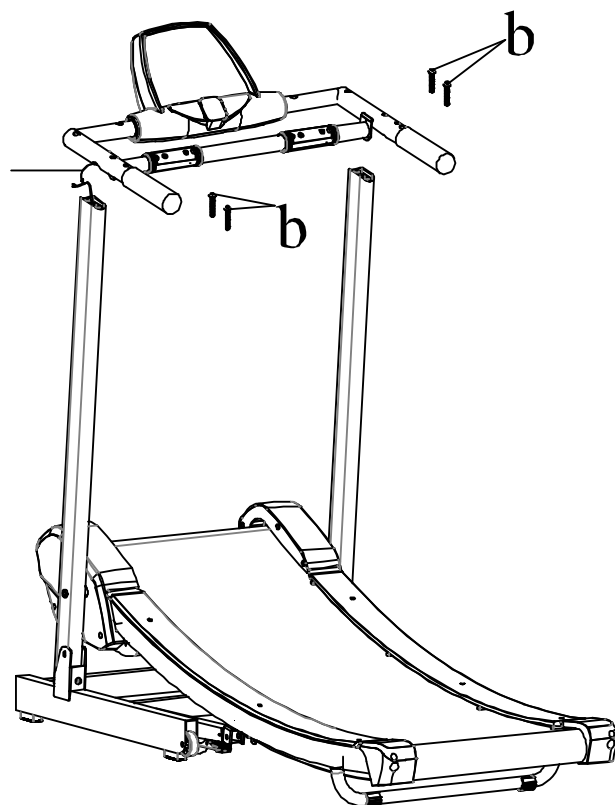
組立方法 (2)

手順3

表示パネルを取り付けます。

1. まず、表示部のケーブルと、支柱左側がら出ているケーブルを接続します。
※この時カチッというまでしっかりと接続してください。
2. 次に、手すり部と支柱をb：六角ボルトで左右2箇所ずつしっかりと固定します。
3. 先ほど手順2で仮止めした箇所もしっかりと固定してください。

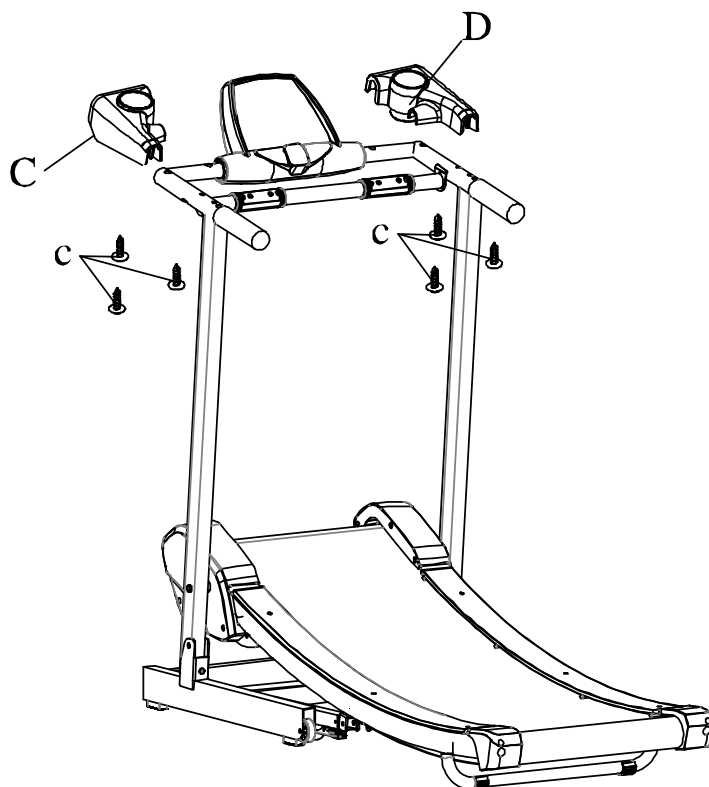
ケーブル接続箇所



手順4

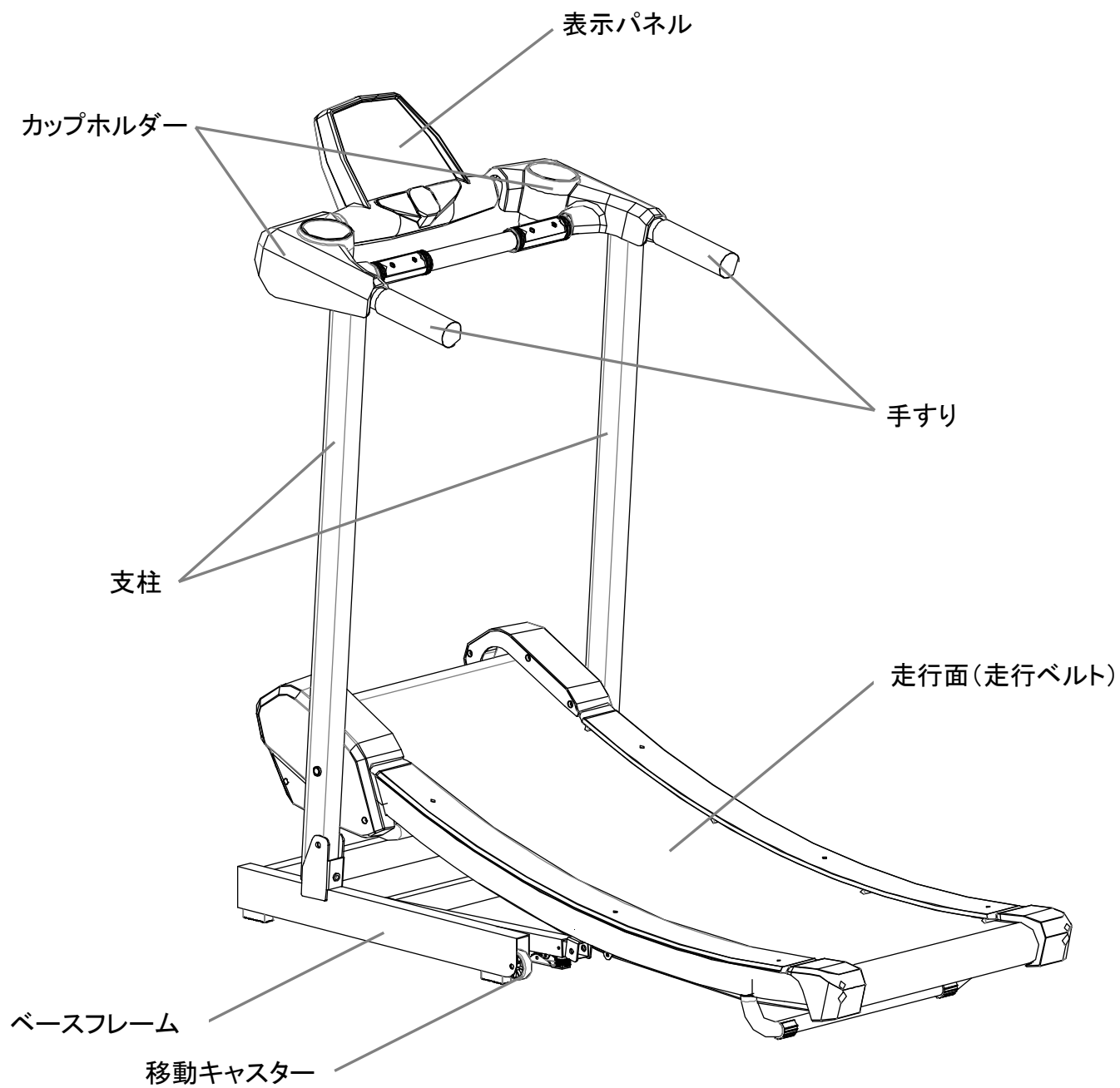
カップホルダーを取り付けます。

1. C：カップホルダー（左）を表示パネル左側に合わせ下からc：タッピングネジを3箇所固定します。
2. D：カップホルダー（右）も同様に固定します。



これで完成です。

本体説明



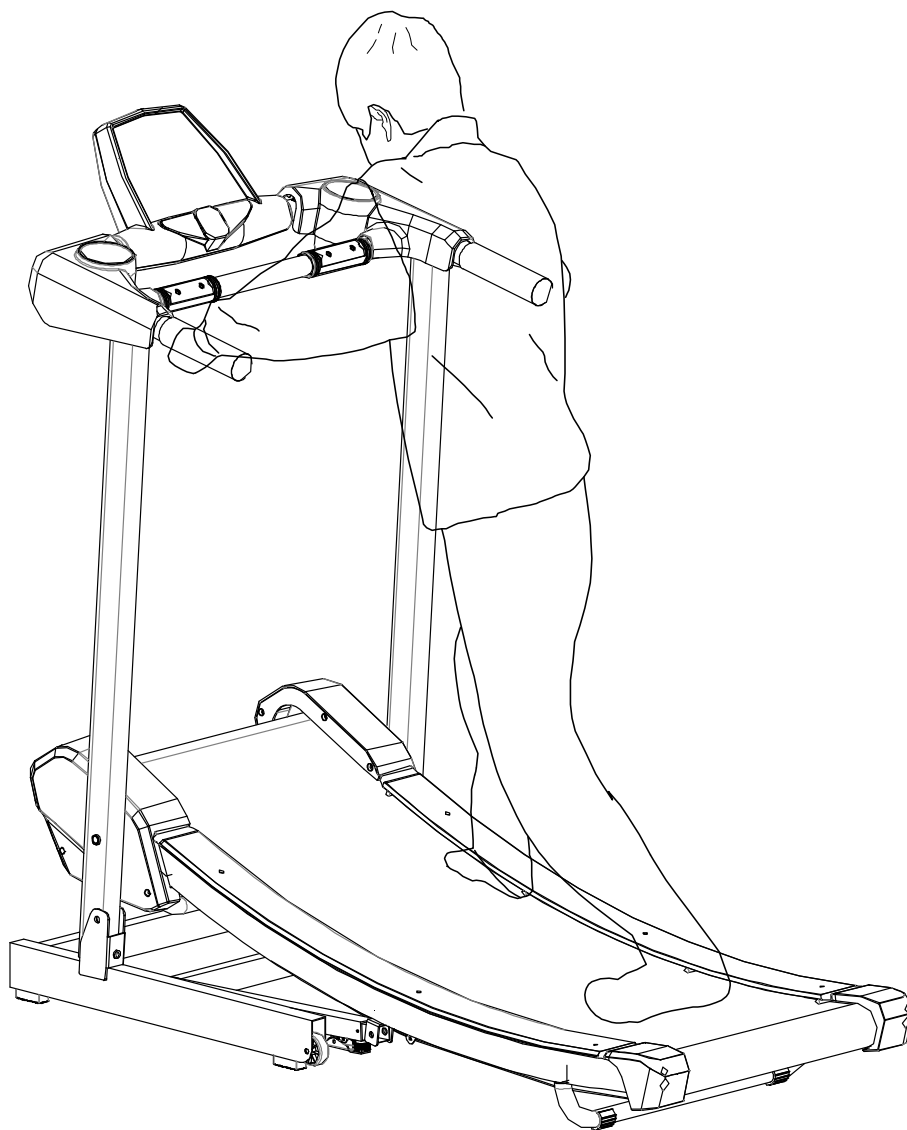
使用方法

1. まず、手すりを握り、走行面に乗ります。
2. 走行面の中心に立ち、ゆっくりとベルト面を踏み込んでください。
3. 後は、自分に合ったペースでウォーキングしてください。
4. 自走式なので、足を止めればベルトの回転も止まります。

※運動中は常にハンドルバーを握っててください。

手を放して運動すると、転倒する恐れがあるのでご注意ください。

本機では用途に応じ、歩くことも走ることも可能です。



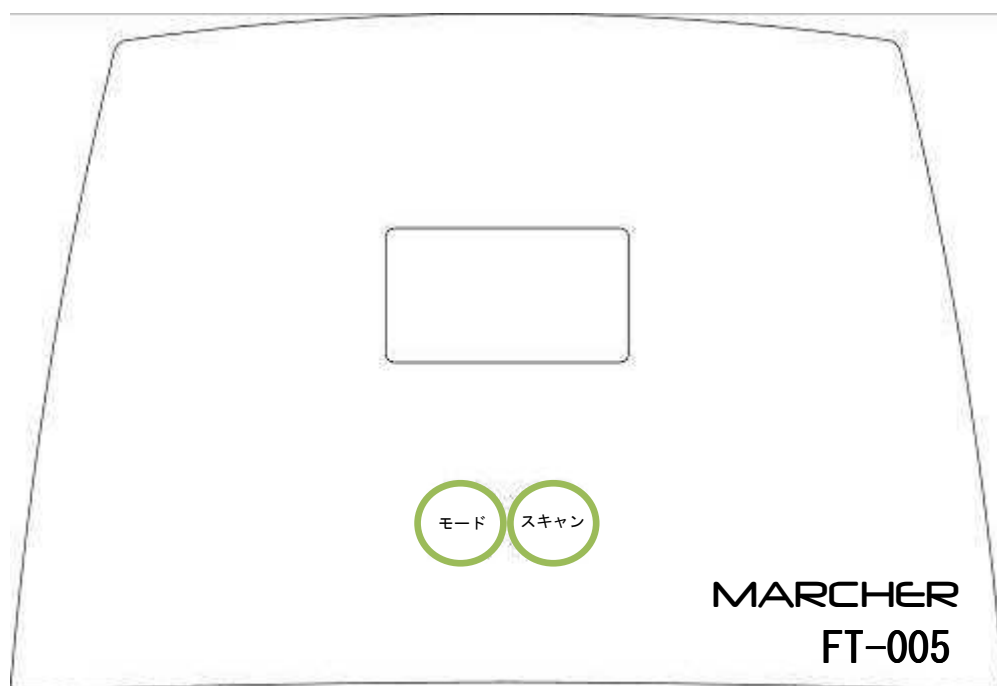
表示パネル

AUTO START 機能

ベルトを回し始めると各項目が自動的にカウントを始めます。

AUTO POWER OFF 機能

運動を止めてから約30秒後に、自動的に表示が消えます。



ボタンについて

モード

各項目の切り替え時に使用します。

スキャン

項目を自動巡回表示したいときに使用します。

各表示について

- | | |
|------------|---|
| ①SCAN スキャン | SCAN マークが表示されたときに、表示項目が約8秒毎に巡回表示します。 |
| ②TIME 時間 | 運動時間を表示します。表示範囲=00分00秒~99分99秒 |
| ③SPEED 速度 | 運動中のスピードを表示します。(単位=km/h) 表示範囲=0.0km/h~20.0km/h |
| ④DIST 距離 | 走行距離を表示します。(単位=km)、表示範囲=0.0km~999.9km |
| ⑤CAL カロリー | 消費カロリーを表示します。(単位=kcal) |
| ⑥PULSE 脈拍数 | ハートレートグリップを握る事により、脈拍数を表示します。
脈拍測定中は、“♥”が点滅します。 |

※上記の項目は全て換算推定値であり、目安程度としてご活用ください。

※パネルの表示は約30秒間、操作・運動をしないと自動的に切れます。(AUTO POWER OFF 機能)

また、使用していた記録データも全て消えてしまいますのでご注意ください。

ただし長期間使用されない場合は無駄な電池の消耗や腐食を防ぐ為に、電池を取り外して保管することをおすすめします。

トレーニングについて

運動の目的・効果を正しく理解して、健康で快適なトレーニングを始めましょう。

運動には無酸素運動(アネロビクス)と有酸素運動(エアロビクス)があります。

無酸素運動は短距離走や重量上げなど瞬発力や短い時間に大きな力が要求される運動で、筋力がアップします。一方、有酸素運動は自転車・ジョギング・水泳など全身の持久力が主体で、酸素を体内にどんどん取り入れる事で、循環器・呼吸器機能が向上し、健康の維持に大きな効果があります。

また、15分以上の運動を継続することで、脂肪燃焼が促進されダイエットに効果的です。

【目的】

- ①体力の維持・向上
- ②精神的ストレスの解消
- ③肥満解消・シェイプアップ

(目的別トレーニングの目安)

目的	項目	内容
①健康増進トレーニング	運動の頻度	1週間に3~5回以上 / 1回20~30分程度
	目標運動強度	推定最大脈拍数の60~75%となるように運動する
②肥満対策トレーニング	運動の頻度	1週間に3~7回以上 / 1回20~60分程度
	目標運動強度	推定最大脈拍数の55~70%となるように運動する
③心肺機能強化トレーニング	運動の頻度	1週間に3~5回以上 / 1回20~60分程度
	目標運動強度	推定最大脈拍数の70~85%となるように運動する

$$\text{推定最大脈拍数} = 220 - \text{年齢}$$

上記の表より、目的にあった運動を選択し、「運動の頻度」と「目標運動強度」の条件を満たすように運動してください。

上記は一般的なトレーニングの目安です。運動する人の健康状態・体力・運動経験などにより個人差があります。健康状態やその日の体調に合わせて、無理をせずマイペースで行ってください。

また、運動の前後には十分なウォーミングアップとクールダウン(ストレッチングなど)を行いましょう。

トラブルが起こったら

ご使用中に異常が発生した場合は、まず次の点をチェックしてください。
それでもトラブルが解消されなければ、お求めの販売店・代理店までご連絡ください。

トラブル内容	対処方法	手順参照
● 電源 ON にならない (表示がない・カウントしない)	パネルへのコードをしっかり差込んでください。	P.4—手順 3 参照
	電池の差し込み方向(+、-)を確認してください。	P.9 参照
● パネルの表示が薄い	新しい電池と交換してください。	P.9 参照
● 脈拍数が測定できない	パルスコードの接続を確認して下さい。	P.4—手順 3 参照
	ハートレートグリップを両手でしっかりと握って下さい。	
● 脈拍数が異常に増加する	ハートレートグリップを握っている間は、激しく手や体を動かさないでください。正しく測定できません。	
● 電源がオフにならない	操作をせずに約 30 秒経過すると自動的に画面は消えます。(AUTO POWER OFF 機能)	P.7 参照

電池交換

電池はテスト用として付属しています。文字が薄くなったり、表示が消えたりしましたら、別にお買い求めいただいて電池を交換してください。

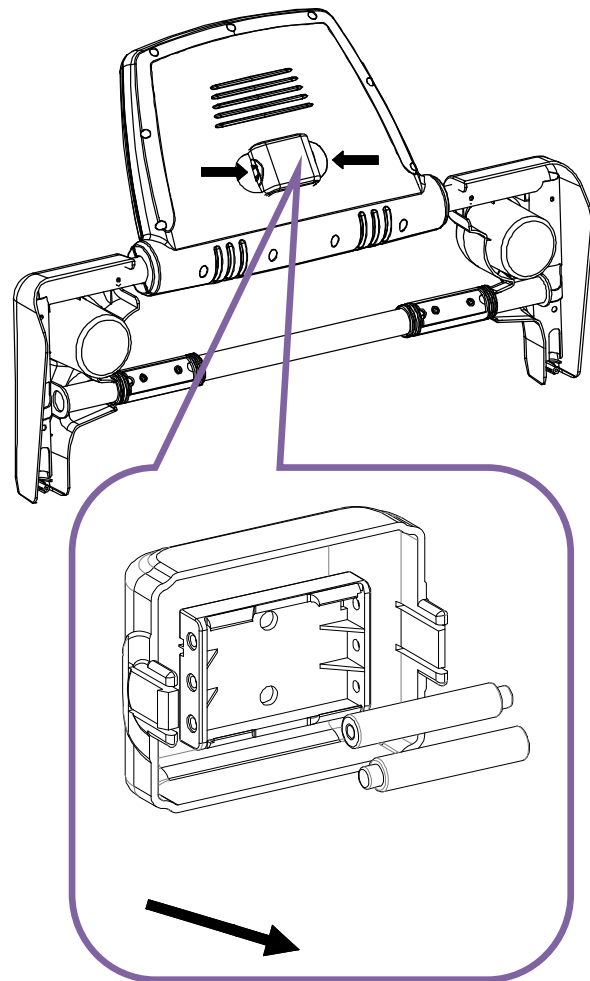
パネル裏側にある電池ボックスカバーのツメを押しながら、外してください。

単四電池 2 本を使用しています。2 本とも新しい電池と交換してください。

(極性 +、- を間違わないでください)

※使用済み電池を家庭ゴミといっしょに捨てないでください。

※電池は保証の対象外です。



本体の折り畳み

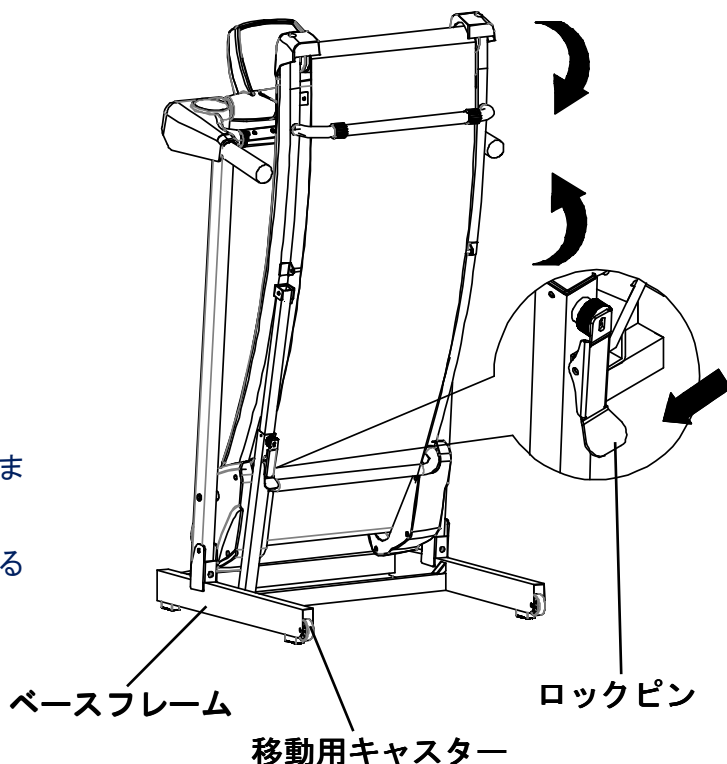
走行面後部を、ロックピンが引っ掛かる位置まで持ち上げます。

使用状態にしたいときは、走行面後部を持ちながら、ロックピンを押すとストッパー（引っ掛かり）が外れますので、ゆっくりと床面へ降ろしてください。

本体の移動

ベースフレームに移動用のキャスターが組み込まれています。

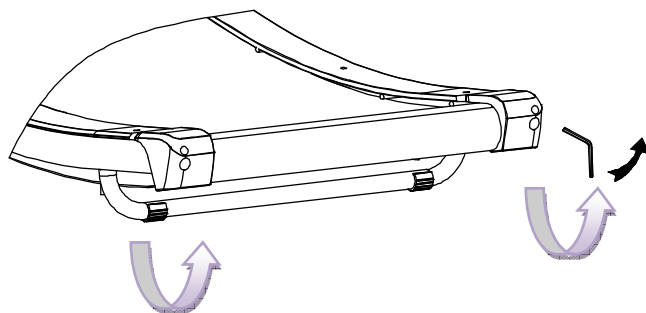
本体を移動する時は折り畳んだ状態で、手前に押し下げるとキャスターが使用でき、移動することができます。



シリコンオイル注油方法

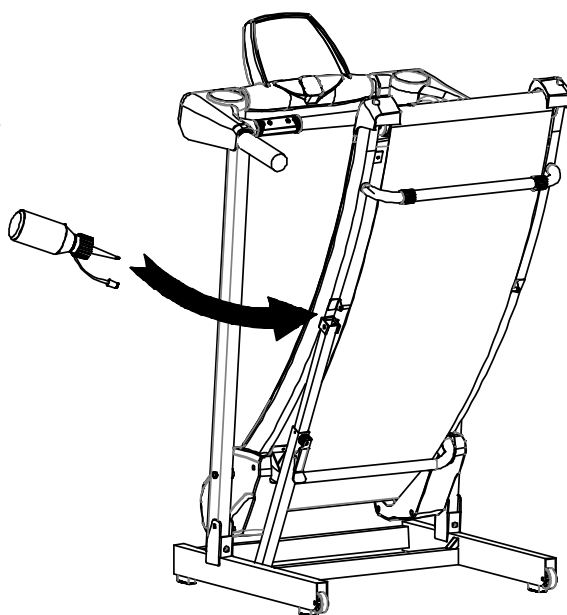
ベルトの滑りが悪くなったと感じた時は・・・

1. シリコンオイルを注油する場合は、リアローラーの固定ボルトを左右均等に付属の工具で反時計回りに回していただきベルトのテンションを緩めます。

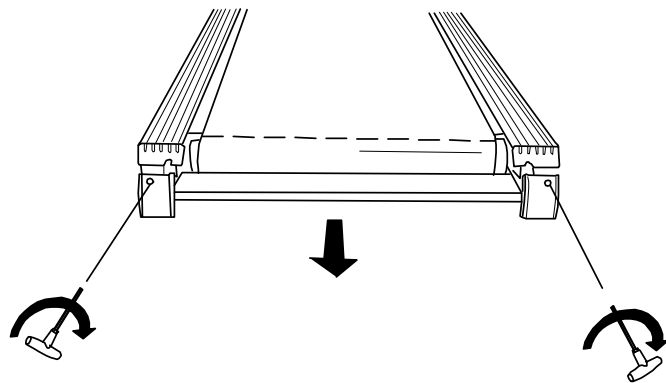


2. 次に走行面を折り畳みます。
3. その状態で走行ベルト走行板の間にシリコンオイルを注油します。

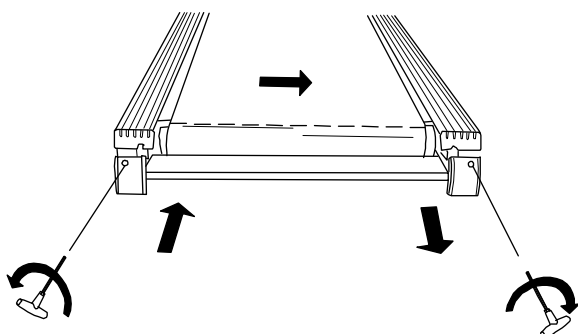
※注油量はボトルの三分の一ぐらい入れてください。
あまり入れ過ぎると床面に垂れてきますのでご注意ください。



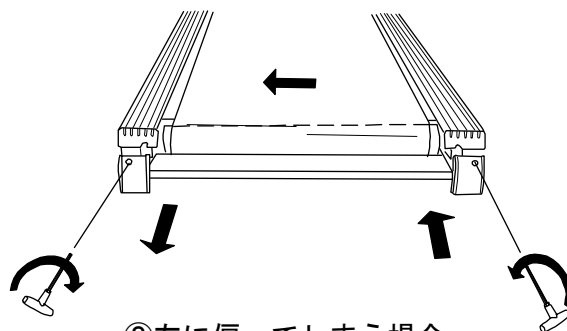
4. 注油が終わりましたら、走行面を元に戻します。
5. リアローラー固定ボルトを先ほど緩めた分戻します。
6. ベルトのテンションを左右均等に張ってください。



※左右いずれかにベルトが偏ってしまう場合・・・



①右に偏ってしまう場合



②左に偏ってしまう場合

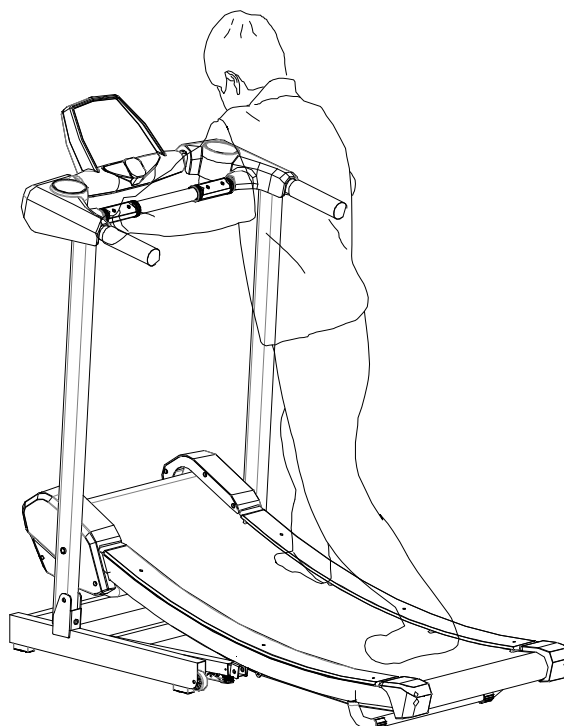
①右に偏ってしまう場合：

リアローラー右側固定ボルトを時計回しに締め込む、もしくは、左側固定ボルトを反時計回りに緩めると解消できます。

②左に偏ってしまう場合：

リアローラー左側固定ボルトを時計回しに締め込む、もしくは、右側固定ボルトを反時計回りに緩めると解消できます。

7. 次に手すりを持ちながら、走行面に乗りベルトを回します。
この時に、左右いずれかにベルトが偏っていないか
また、ベルトの張りが緩く空回りしていないか
を確認してください。
ベルトが左右いずれかに偏ったり、空回りする
場合は、ベルトの左右バランス調整をしてください。



製品仕様

製品の仕様および外観などは改良のために、予告なしに変更することがあります。

品名	MARCHER家庭用カーブウォーカー
品番	FT-005
形式	自走式ウォーカー
カラー	グレー×オレンジ
負荷方式	なし
本体サイズ	1320(L)×680(W)×1320(H)mm
材質	スチール鋼管、ABS/PP/PU樹脂
使用電源	単四電池2本
使用体重制限	100kg
本体重量	48.0kg
使用室内環境	温度:6°C~40°C 湿度:80%以下
原産国	中国

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。

製 品 名	MARCHER 家庭用カーブウォーカー
製 品 番 号	FT-005

お買い上げ日： 年 月 日

保証期間はお買い上げの日から1年です。 **※業務用としての使用は保証の対象外です。**

お名前

ご住所

電話番号

ご購入後、ご記入願います。ご記入のない場合、保証が受けられない場合があります。

- 取扱説明書の注意に従った正常な使用環境と使用状況で、万一品質上の不具合が発生した場合において、消耗品を除き、納入後1年間を原則として販売店が保証修理致します。
- 保証修理は補修または部品の交換により実施し、これにより取り外された不具合部品は株式会社フジモリの所有物となります。
- 出張修理の場合は、出張費を請求する場合がありますので予めご相談下さい。
- 保証修理をお受けになる場合には、製品保証書の提示が必要となります。
- 保証期間内においても、保証書の提示がない場合は、無償修理の対象になりませんので保証書は大切に保存して下さい。
- 保証期間内であっても、次の場合は有償にての修理となります。
 - ・誤用、乱用及び取扱の不注意によるもの
 - ・弊社が認めた技術者以外によって修理や改造をしたとき。
 - ・火災、水害、地震、落雷及びその他の災害、戦乱、争乱によるもの。
 - ・部品の通常の摩耗、又は、経年劣化
 - ・運送途中、備え付け時と使用時に生じた傷、色の退色、及び外見上の変化。
 - ・機能に影響のない感覚的現象（音、振動など）
- その他の保証対象免責事項
 - ・運送、販売の作業によって引き起こされた費用（備え付け、除去にかかる費用）
 - ・取扱説明書の遵守に従わない使用によって起きたあらゆる損害。
 - ・保証期間内中でも使用できなかった事による期間損失等の費用。
- 当社の全責任は、全ての環境下で本体の出荷価格を超えることはありません。なお、製造物責任法にかかる係争については、富山地方裁判所高岡支部を第1審裁判所と致します。
- 製品は日本国内の屋内施設の使用に限定し、この保証規定は日本国内の使用に限り有効です。

販売店



— Fitness & Bicycle —

株式会社フジモリ

〒933-0831 富山県高岡市若富町 186

TEL.0766-21-0958 FAX.0766-21-0957

E-mail fitness@fujimori-r.com