

ルームランナー（家庭用）

DK-3925EA

取扱説明書



ご使用前に必ずお読みください

このたびはルームランナー（家庭用）DK-3925EA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。

◎本書の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」の内容は、危険のレベルによって2段階に別れています。記載の内容をご理解いただき、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

- 1) 機器を組み立てて使用する前に、取扱説明書の内容をすべてお読みいただくことをお願い致します。機器を正しく設置し、維持し、使用するだけで、安全にトレーニング効果が得られます。
- 2) 使用者が投薬を受けており、治療や心拍数、血圧、およびコレステロールレベルに影響を与える場合、健康や安全性に基づいて医師に相談してから運動を行ってください。
- 3) 一般的なトレーニングの際に頭痛、胸の圧迫感、不整脈、息切れ、眩暈（めまい）、吐き気の傾向がある方は、事前に体調ならびに機器の状態を 医師へ相談のもと、トレーニングを続けるのに障害がないことを確認した場合にのみご利用ください。
- 4) 無理をせず、軽い負荷から開始してください。急激な運動は体に負担を与えますので、少しでも異常を感じたら運動を中止して医師にご相談ください。
- 5) お子様が本機で遊ばないようにしてください。また、使用中はお子様近づかないようにしてください。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ください。
- 6) お年寄り・体の不自由な方、病気をお持ちの方など（心臓病・高血圧・糖尿病・呼吸器疾患・妊娠中・ペースメーカー・人工心肺装着の方等々）がご使用の場合、かかりつけの医師にご相談ください。
- 7) 機器を平らな場所に置いて使用し、床やカーペットの表面の損傷を防ぐために保護マットを敷いてください。安全のために、機器と障害物の距離は 0.5 メートル以上離してください。
- 8) 各部の機能が正しく作動しているかどうか、ネジ・ボルト等の緩みがないか、使用前に点検してください。
- 9) 本機を分解・改造しないでください。内部点検や修理をする際には当社までご相談ください。同時に組み立てやメンテナンスのプロセスでノイズが聞こえた場合、また欠陥部品を見つけた場合は当社までご連絡ください。
- 10) 使用中に周囲の人が製品及び使用者を押したり、引いたりしないでください。運動の妨げとなり且つ安全性を損ないケガをする場合があります。
- 11) 同時に2人以上で乗らないでください。人間以外の動物・物を載せないでください。

使用上の注意事項



注意

- 1) トレーニングの前後にストレッチ(準備体操)を行ってください。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習慣をつけましょう。
- 2) 食後のトレーニングは差し控えてください(本来胃に流れるべき血液が流れにくくなり、消化に影響を与えます)。食後2時間位あけてトレーニングをしてください。
- 3) 本機ご使用の時は運動靴を履き、駆動部に巻き込まれる恐れのない(紐等のない)服装でご使用ください。
- 4) 正しい使用方法以外でトレーニングはおやめください。
- 5) 本機は家庭用のトレーニング機器として開発しています。それ以外の用途で使用なさらないでください。
- 6) 異物を製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。
- 7) 体重 130Kg を超える方はご使用にならないでください。

保管上の注意事項



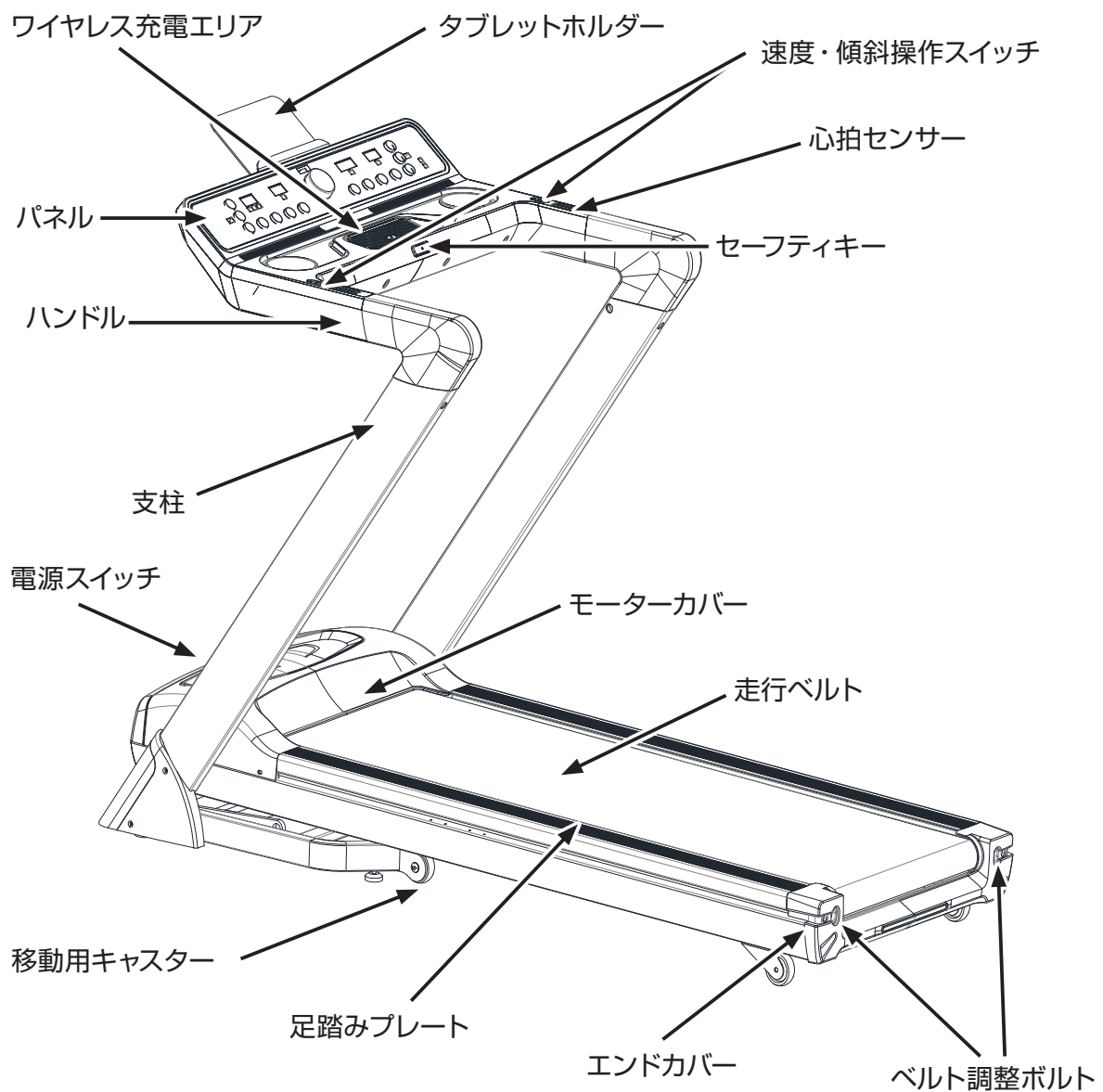
注意

- 1) 幼児が触らないよう安全に管理してください。
- 2) ご使用前には結合部分のガタつきや、緩み等がないよう確認してください。
- 3) 使用中の運動が十分確保できる水平な床面に設置してください。
- 4) 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、整理整頓してからご使用ください。
- 5) 組立ての際に、床を傷つける場合があります。布やカーペットなどを敷くなど、養生で床を保護してください。
- 6) 本機ご使用にあたっては、床保護を目的にマットの使用をお薦めします。
- 7) 本機を廃棄する場合は、各自治体の推奨する方法に従って処理してください。
- 8) 次の場所に設置、保管しないでください。(サビの発生、負荷の調節不調、メーター等の故障の原因となります)
 - ・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

仕様

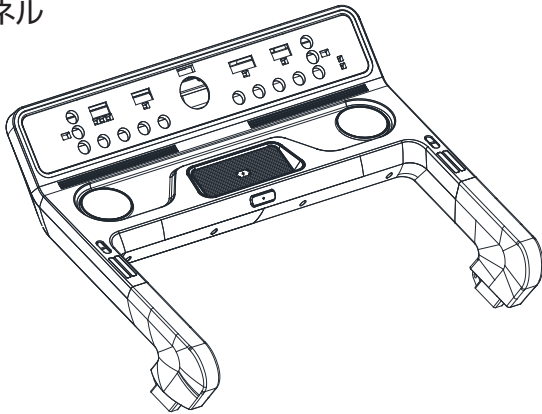
品名	ルームランナー（家庭用）	品番	DK-3925EA
材質	スチールパイプ / ABS 樹脂 / ウレタン等	体重制限 (kg)	130
電源	AC100V / 50 ～ 60Hz	傾斜段階	電動 0 ～ 15% 15 段階
電源コード（長さ）	2.0m	速度	1 ～ 22km/h
ブラシレスモーター	2.5HP（平均）、3.0HP（最大）	走行ベルトサイズ (cm)	W50 × L140 / 厚み 0.16
本体サイズ (cm)	W82 × L178 × H134	製品重量 (kg)	85
製造国	中国	連続使用時間	120 分

各部名称

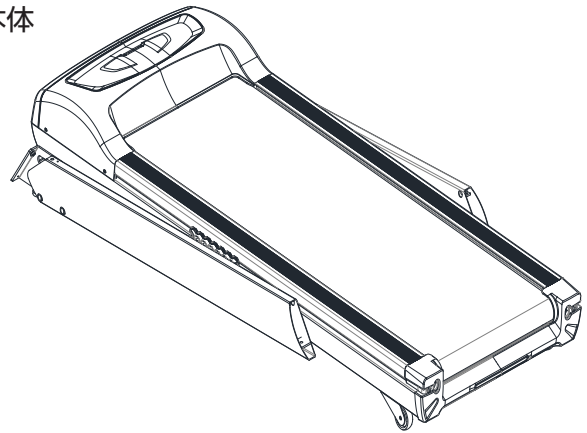


主要なパーツ

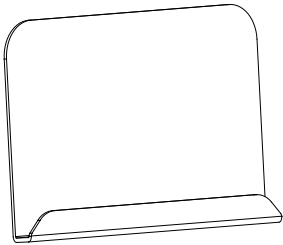
パネル



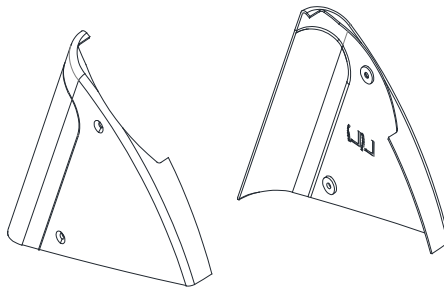
本体



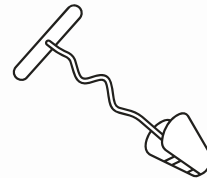
タブレットホルダー



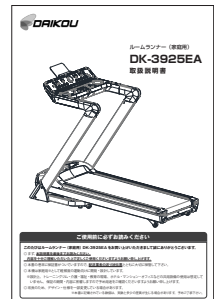
支柱カバー



セーフティキー

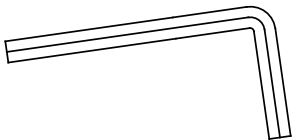


取扱説明書

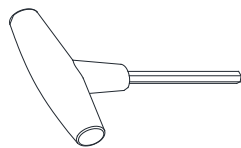


ツールパック一覧

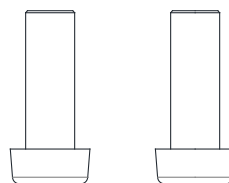
L型六角レンチ S6 (1本)



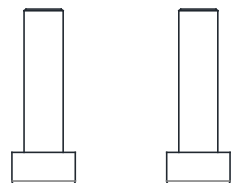
T形レンチ (1本)



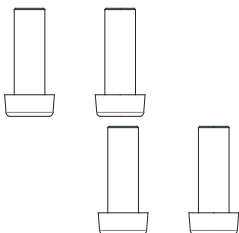
ボルト M8×23 (2本)



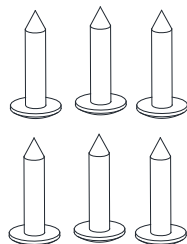
ボルト M8×35 (2本)



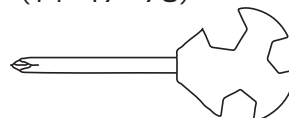
ボルト M8×20 (4本)



ネジ ST4×15 (6本)



ドライバー付きスパナ
(14×17×75)



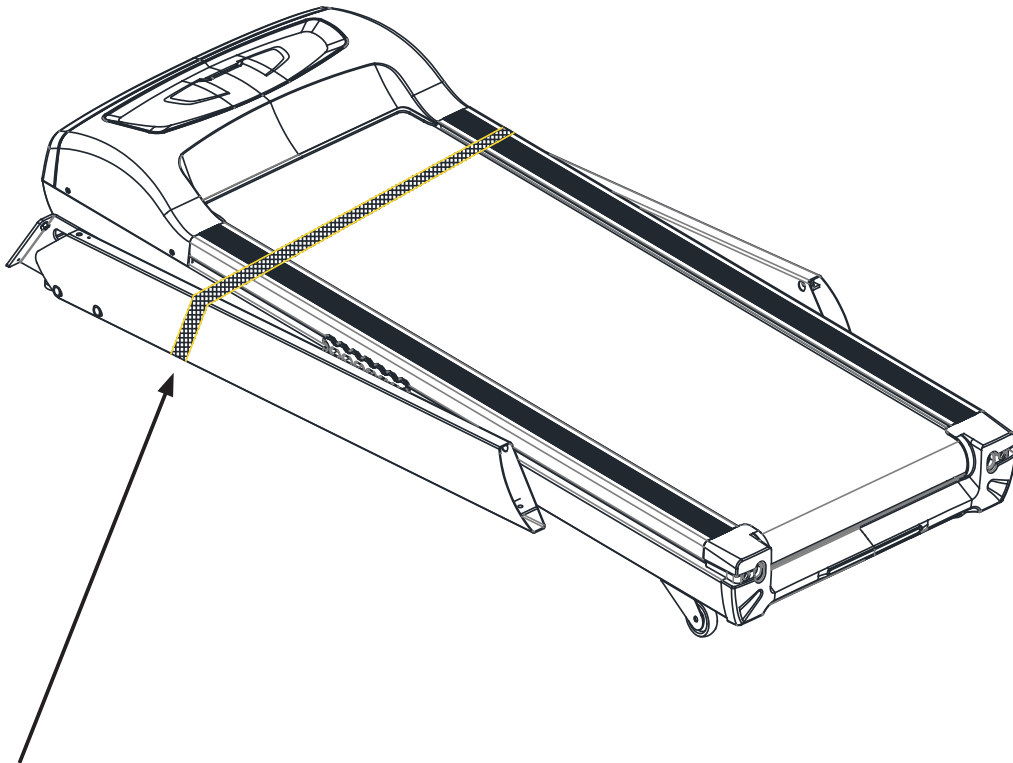
組立手順

■組立を始める前のご注意

- 作業を始める前に、部品と必要な道具がすべて揃っているかを確認してください。（本体などに仮止めされている場合もございますのでご注意ください。）
- 開梱および組立時は、安全のため必ず大人 2 名以上で行ってください。
- 周囲に十分な広さの場所を確保した上で作業を始めてください。
- 本機を箱から出す際は、天地（上下）に注意して開梱し、本体が床面と水平になる状態で組立を行ってください。
- 組立時、ボルトは最初は「**仮締め**（軽く回る程度）」にしておき、全体が組み上がってからスパナやレンチで強めに「**増し締め（本締め）**」してください。
- Step 1 から順番に組み立ててください。各パーツにボルト類が仮止めされている場合があります。なお、出荷時点で仮止めしていたボルト類が梱包内に脱落しているケースが散見されます。梱包の内側もよくご確認くださいませようお願いいたします。
- 本体に仮止めしてあるネジ類を外す必要がある場合は、その部位の作業工程の直前に外してください。先に外してしまうと、どの部分のネジなのか判別がつきにくくなる場合があります。

Step 1

本体を箱から出して、平らな床（地面）に設置してください。



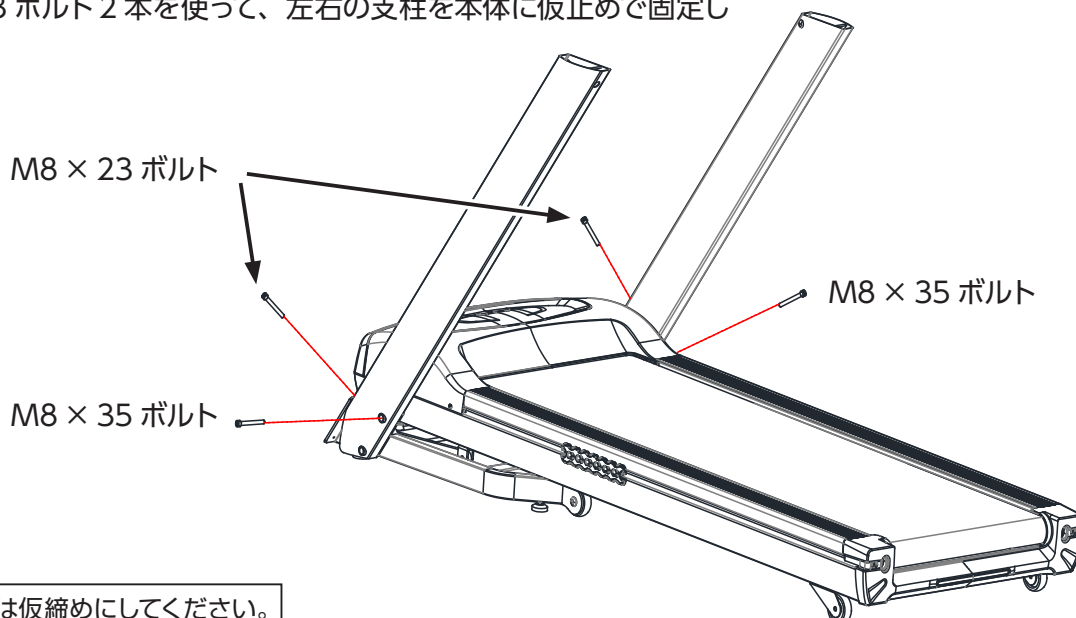
結束バンドは箱から出して地面に設置するまでは絶対に外さないでください。
バンドを外しますと、本体と脚部フレームが勢いよく開くことがあり、大変危険です。

組立手順

Step 2

本体と支柱の取り付け方法

結束バンドを外し、左右の支柱を引き上げ、M8 × 35 ボルト 2 本と M8 × 23 ボルト 2 本を使って、左右の支柱を本体に仮止めで固定します。

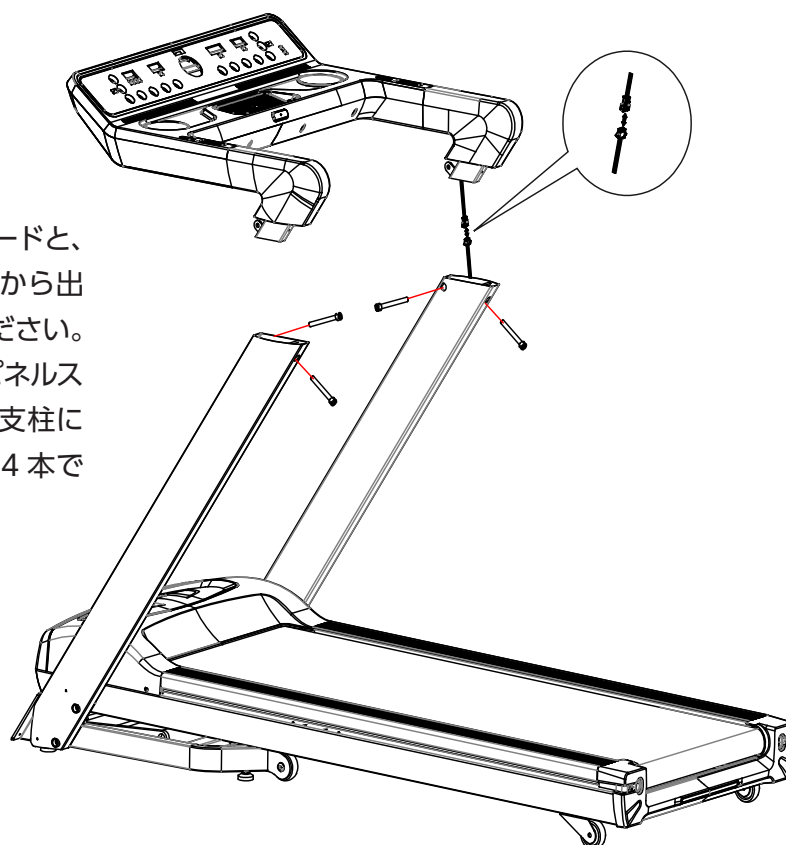


※ボルトは仮締めにしてください。

Step 3

本体とパネルスタンドの取り付け方法

右側支柱から出ているメインコードと、パネルスタンド・ハンドルセットから出ているメインコードを接続してください。メインコードを支柱内に収め、パネルスタンド・ハンドルセットを左右の支柱に差し込んだら、M8 × 20 ボルト 4 本で固定します。



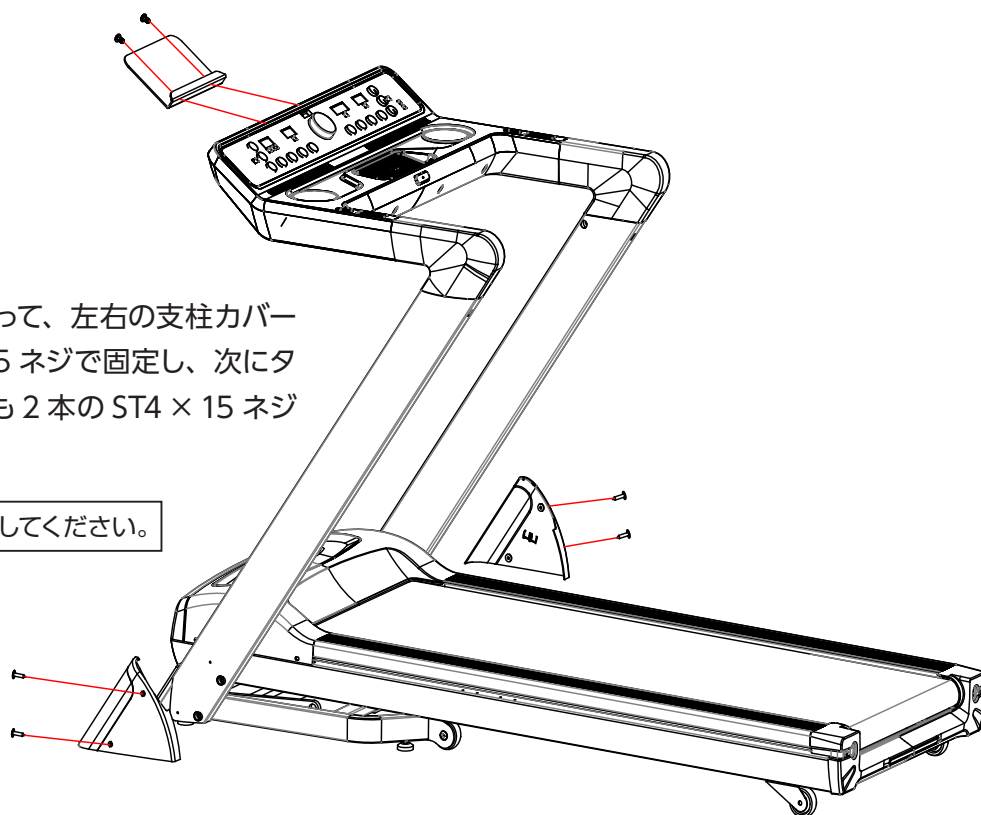
※ボルトは仮締めにしてください。

組立手順

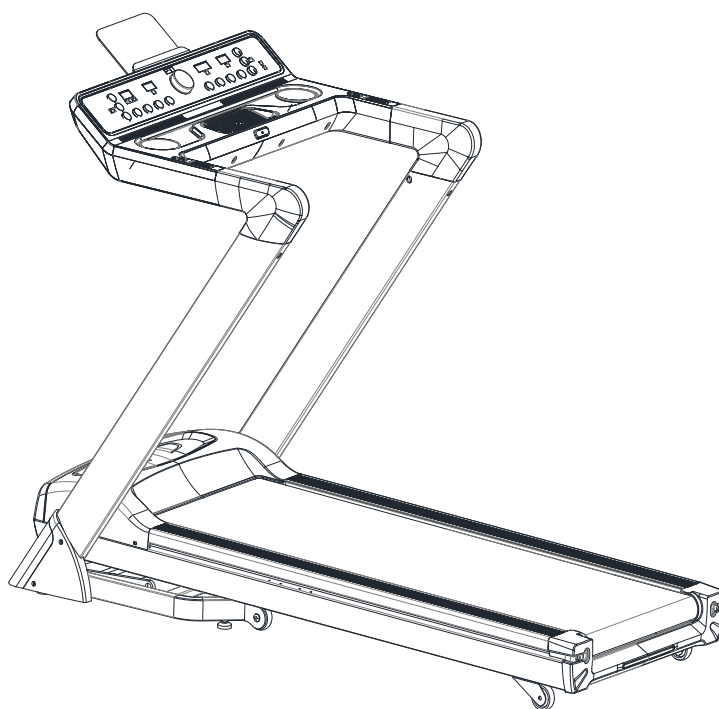
Step 4 支柱カバーとタブレットホルダーの取り付け方法

図に示す方向に従って、左右の支柱カバーを4本のST4 × 15 ネジで固定し、次にタブレットホルダーも2本のST4 × 15 ネジで固定します。

※ボルトは仮締めにしてください。

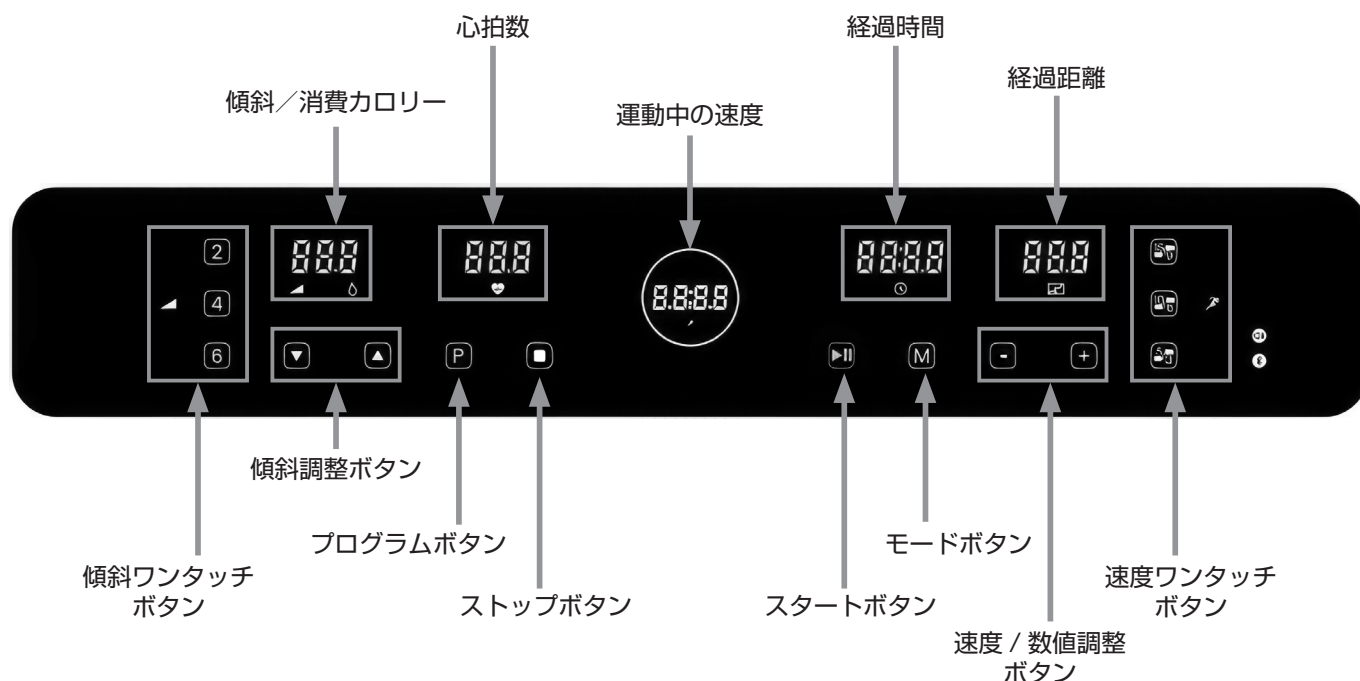


Step 5 組立の完了



※ Step2 ～ 4 で仮締めにしたボルトを全て増し締めして完成となります。

操作パネルについて



表示アイコンの説明



現在の心拍数(※)を表示します



現在の傾斜角度を表示します



消費カロリー（目安）を表示します



経過距離を表示します



運動中の速度を表示します



経過時間を表示します

※ 左右ハンドルグリップ部を握ると測定します

ボタンの説明



プログラムボタン

P1 ～ P36、U01 ～ U03、FAT（簡易体脂肪計）を選択・入力します。



モードボタン

時間・距離・カロリーの各目標設定プログラムを選択・入力します。また、P1 ～ P36 のリセット時にも使用します。



スタートボタン

運動を開始、または一時停止します。



ストップボタン

運動を停止、またはリセットを行います。
1. 運動中に 1 回押すと、一時停止になります。
2. エラー情報（ERR）が表示されているときに押すと、表示情報をクリアします。



速度アップボタン

走行ベルトの速度を上げます。または目標数値を選択・入力します。



速度ダウンボタン

走行ベルトの速度を下げます。または目標数値を選択・入力します。



傾斜アップボタン

傾斜を上げます



傾斜ダウンボタン

傾斜を下げます



傾斜ワンタッチボタン

作動中に「2」「4」「6」の数字をタッチすることで、その傾斜角度に一発で切り替わります。



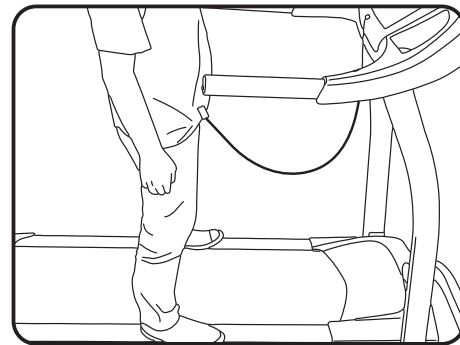
速度ワンタッチボタン

作動中に「5」「10」「15」の数字をタッチすることで、その速度に一発で切り替わります。

セーフティキー機能の説明

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ように調節してください。スピードについていけない時など、紐が引っ張られてセーフティキーがパネルから外れると、ベルトが自動的に停止して警告音が鳴り、すべての動作が停止します。このときパネルには“E-07”が表示されます。

セーフティキーを元の位置に戻すと、約 2 秒間で再び動作可能な状態に戻ります。



運動開始の前に

運動を行う際には必ず靴を履いてください。

※スタートボタンを押す前に、必ず左右の足踏みプレート（サイドレール）に足を乗せた状態で スタートボタンを押し、走行ベルトが動き出したのを確認してからベルトに乗ってトレーニングを始めてください。

すぐに運動を始めたい方（クイックスタート）

1. 電源コードをコンセントに差し込み、主電源をオンにします。
2. セーフティキーをパネルの所定の位置に差し込み、クリップを洋服に付けてからスタートボタンを押します。
※走行ベルトが動き出したのを確認してからベルトに乗って運動を始めてください。

3. 運動中の調整

速度を調整するには

パネルの「+・-」または右ハンドルの「+・-」ボタンを 1 回押すごとに「0.1 km/h」ずつ変化します。（長押しすると連続して数値が変化します。）

角度を調整するには

パネルの「▲・▼」または左ハンドルの「+・-」ボタンを 1 回押すごとに「1 段階」ずつ変化します。（※傾斜ボタンは長押ししないでください。）

4. 運動を終了するときはストップボタンを押して終了してください。



主電源スイッチ（本体背面）

プログラムの設定

本機は、時間・距離・カロリーの「目標設定プログラム」、あらかじめ設定された「P1 ～ P36 プログラム」、「U01 ～ U03 ユーザープログラム」、「BMI（簡易体脂肪計）」を選択することができます。

○ 目標時間設定プログラム（1 分単位での設定）

1. 運動前に「M」ボタンを 1 回押すと、[TIME] 欄に「30:00」が点滅します。
2. 「+」「-」ボタンを押し、目標時間を設定します。（設定範囲 05:00 ～ 99:00）
3. スタートボタンを押すとベルトが動き出します。

○ 目標距離設定プログラム（0.1km 単位での設定）

1. 運動前に「M」ボタンを 2 回押すと、[DIS.] 欄に「1.0」が点滅します。
2. 「+」「-」ボタンを押し、目標距離を設定してください。（設定範囲：1.0 ～ 99.0km）
3. スタートボタンを押すとベルトが動き出します。

○ 目標カロリー設定プログラム

1. 運動前に「M」ボタンを 3 回押すと、[CAL] 欄に「50」が点滅します。
2. 「+」「-」ボタンを押し、目標カロリー値を設定してください。（設定範囲：20 ～ 990 kcal）
3. スタートボタンを押すとベルトが動き出します。

※設定した目標数値は、スタート後にカウントダウンされます。表示が“0”になると走行ベルトが自動で停止します。

○ P1 ～ P36 プログラム（自動変化プログラム）

本機には、自動で速度と傾斜が変化するプログラムが 36 種類内蔵されています（12 ページ参照）。

1. 「P」ボタンを押すごとに「P1」～「P36」が順に表示されます。お好みのプログラムを選択してください。
2. 「TIME」欄に「30:00」が表示されます。「+」「-」ボタンを押して目標時間を設定してください（最低 5 分から）。
3. スタートボタンを押すと、約 5 秒のカウントダウンの後にベルトが動き出します。
 - ・ 各プログラムは、設定された時間を **16 段階に均等に分割**して作動します。
 - ・ 段階（セグメント）が切り替わる際、「ピッピッピッ」という警告音でお知らせし、スピードや傾斜が自動で変化します。
 - ・ 運動中であっても、パネルやハンドルのボタンを使って手でスピードや傾斜を調整できますが、**次の段階に移行すると、プログラム本来の自動設定数値に戻ります**のでご注意ください。
 - ・ 一時停止したい場合はスタートボタンを 1 回押し、リセットして終了したい場合はストップボタンを押します。

○ ユーザープログラム（USER 1 ～ 3）

このプログラムは、ユーザー自身が 16 段階の「速度」と「角度」をランダムに指定し、タイマーを設定して行うお好みプログラムです。

1. パネルの「P」ボタンを押し、「USER1」「USER2」「USER3」の中から一つ選択し、「M」ボタンを押して確定させます。
2. 「+」「-」ボタンを押して、速度の数値を設定します。
3. 「▲」「▼」ボタンを押して、傾斜の数値を設定します。
4. 「M」ボタンを押して確定します。
5. 16 段階目まで登録を終えたら、最後に任意の運動時間を設定します。
6. スタートボタンを押すと走行ベルトが動き出します。

※設定されたプログラムの数値は保存されます。次回からは直接「USER」を選択すればそのまま使用可能です。

※機器の寿命や安全のため、**連続使用時間は必ず厳守**してください。

※走行中に速度や角度が自動で変化しますので、運動を行う際は転倒などに十分気をつけてください。

体脂肪測定方法

1. 「P」ボタンを押し、「BMI」を選択します。「M」ボタンを押し項目を切り替え、「+」と「-」ボタンで数値を設定します。
2. 画面に「F1」（性別）が表示されます。「+」「-」ボタンで「1（男性）」または「2（女性）」を選択し、「M」ボタンで確定します。
3. 画面に「F2」（年齢）が表示されます。デフォルトの「25」から、「+」と「-」ボタンで自分の年齢に設定し（範囲：1～99歳）、「M」ボタンで確定します。
4. 画面に「F3」（身長）が表示されます。デフォルトの「170」から、「+」と「-」ボタンで自分の身長に設定し（範囲：100～220cm）、「M」ボタンで確定します。
5. 画面に「F4」（体重）が表示されます。デフォルトの「70」から、「+」と「-」ボタンで自分の体重に設定し（範囲：20～150kg）、「M」ボタンで確定します。
6. 画面に「F5」が表示され、ウィンドウに「——」が点滅します。この状態になったら、左右のハンドルのグリップ（脈拍センサー）を両手でしっかりと握ってください。約4秒ほどで測定されたBMI（体脂肪値）が表示されます。

※体調や環境などの様々な要素に影響を受けるため、不正確な数値が出る場合があります。正確な測定をお望みの場合は、別途専用の医療器具等での測定をお勧めします。

※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。

ERP（省電力）機能

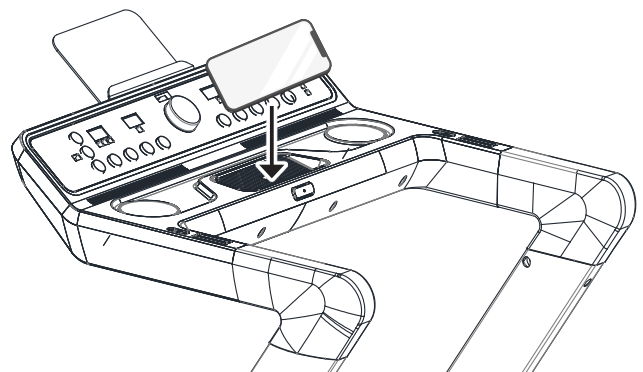
電源がオンになると、システムは自動的に省電力（ERP）モードになります。トレッドミルが動作していない状態が約4分半続くと、消費電力を抑えるために自動的にスリープ状態（画面消灯）に入ります。いずれかのキーを押すとシステムが復帰します。

- 解除方法：スタンバイ状態で「M」ボタンを約3秒間長押しすると、画面に「2222」と表示され、ERP機能が解除されます。
- 再設定方法：再度「M」ボタンを約3秒間長押しすると「1111」が表示され、再びERP（省電力）モードに戻ります。

ワイヤレス充電機能

スマートフォンをパネルスタンドのワイヤレス充電エリアに置くことで、充電を行うことができます。

※お使いのスマートフォンの機種がワイヤレス充電（Qi規格等）に対応しているかについては、各端末のメーカーへご確認ください。



P1 ~ P36 プログラム

段階		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
P1	SPEED	1	3	3	7	7	5	5	5	7	7	5	5	5	5	3	2
	INCLINE	2	2	6	6	8	8	6	6	4	4	4	6	6	2	2	2
P2	SPEED	2	3	3	6	5	5	8	5	5	6	8	8	8	5	4	3
	INCLINE	3	3	9	9	9	2	2	8	8	4	1	1	4	4	4	4
P3	SPEED	2	3	5	5	7	7	8	5	5	6	8	8	8	5	4	3
	INCLINE	1	2	3	4	5	5	7	7	4	4	4	4	6	3	2	2
P4	SPEED	2	2	3	5	5	5	8	8	8	8	5	5	5	3	3	2
	INCLINE	3	3	6	6	6	9	9	9	9	9	9	6	6	6	2	2
P5	SPEED	3	4	5	6	7	8	9	10	10	10	9	8	7	5	4	3
	INCLINE	2	2	4	4	8	8	6	6	6	6	8	7	6	5	1	1
P6	SPEED	3	4	5	5	6	6	7	7	7	9	9	10	10	11	5	3
	INCLINE	1	8	8	8	8	8	7	7	7	7	7	5	5	3	3	1
P7	SPEED	3	4	9	4	11	4	10	4	9	4	8	4	11	5	3	2
	INCLINE	1	1	4	4	4	6	6	6	8	8	8	10	10	10	6	2
P8	SPEED	3	5	8	3	5	7	9	3	5	7	10	3	5	7	11	5
	INCLINE	3	3	8	8	3	3	7	7	3	3	6	6	3	3	5	5
P9	SPEED	3	7	9	4	7	10	4	7	11	5	7	12	4	7	12	6
	INCLINE	3	6	6	3	7	7	3	8	8	3	9	9	3	3	7	7
P10	SPEED	3	5	6	6	6	9	10	6	6	9	10	6	6	6	11	3
	INCLINE	2	7	7	7	5	5	5	8	8	8	8	8	8	4	4	4
P11	SPEED	4	5	7	9	10	11	9	6	8	9	10	10	11	9	6	5
	INCLINE	1	6	6	6	3	3	3	7	7	4	4	4	4	6	6	6
P12	SPEED	4	6	10	10	7	10	10	10	7	7	10	10	10	10	6	5
	INCLINE	3	8	8	6	9	9	5	5	8	8	8	4	4	4	4	4
P13	SPEED	4	12	4	12	4	12	4	12	4	12	4	12	4	12	4	12
	INCLINE	4	8	10	12	4	8	10	12	4	8	10	12	4	8	10	12
P14	SPEED	2	3	3	6	9	11	3	6	9	11	3	6	9	11	3	6
	INCLINE	5	9	11	12	5	9	11	12	5	9	11	12	5	9	11	12
P15	SPEED	4	6	11	11	9	6	11	11	9	6	11	11	9	6	11	11
	INCLINE	2	3	4	5	6	8	7	8	8	7	7	6	5	4	3	2
P16	SPEED	2	4	4	12	4	12	4	12	4	12	4	12	4	12	4	12
	INCLINE	2	4	5	6	2	4	5	6	2	4	5	6	2	4	5	6
P17	SPEED	2	2	2	4	6	6	9	11	11	2	4	6	6	11	11	9
	INCLINE	2	4	6	8	10	12	12	12	12	12	12	10	8	6	4	2
P18	SPEED	3	6	3	6	6	3	6	6	3	6	6	3	6	6	3	6
	INCLINE	2	6	8	2	6	8	2	6	8	2	6	8	2	6	8	2
P19	SPEED	4	12	4	12	4	12	4	12	4	12	4	12	4	12	4	12
	INCLINE	10	8	6	4	10	8	6	4	10	8	6	4	10	8	6	4
P20	SPEED	5	13	5	13	5	13	5	13	5	13	5	13	5	13	5	13
	INCLINE	12	8	2	12	8	2	12	8	2	12	8	2	12	8	2	2
P21	SPEED	2	6	2	6	11	2	6	11	2	6	11	2	6	11	2	6
	INCLINE	12	9	3	12	9	3	12	9	3	12	9	3	12	9	3	3
P22	SPEED	4	6	11	6	2	11	6	2	11	6	2	11	6	2	11	6
	INCLINE	2	4	10	2	4	10	2	6	12	6	8	12	6	8	12	2
P23	SPEED	4	6	11	6	6	2	11	6	6	2	11	6	6	2	11	6
	INCLINE	2	3	4	5	6	6	7	8	10	11	12	12	12	12	10	2
P24	SPEED	4	6	11	6	4	11	6	4	11	6	4	11	6	4	11	6
	INCLINE	4	4	5	6	7	8	10	10	12	12	12	12	12	12	10	2
P25	SPEED	5	13	5	13	5	13	5	13	5	13	5	13	5	13	5	13
	INCLINE	5	9	11	12	5	9	11	12	5	9	11	12	5	9	11	12
P26	SPEED	3	4	4	7	10	12	4	7	10	12	4	7	10	12	4	7
	INCLINE	6	10	12	12	6	10	11	12	6	10	12	12	6	10	12	12
P27	SPEED	5	7	12	12	10	7	12	12	10	7	12	12	10	7	12	12
	INCLINE	3	4	5	6	7	9	8	9	9	8	8	7	6	5	4	3
P28	SPEED	3	5	5	13	5	13	5	13	5	13	5	13	5	13	5	13
	INCLINE	3	5	6	7	3	5	6	7	3	5	6	7	3	5	6	7
P29	SPEED	3	3	3	5	7	7	10	12	12	3	5	7	7	12	12	10
	INCLINE	3	5	7	9	11	12	12	12	12	12	12	11	9	7	5	3
P30	SPEED	4	7	4	7	7	4	7	7	4	7	7	4	7	7	4	7
	INCLINE	3	7	9	3	7	9	3	7	9	3	7	9	3	7	9	3
P31	SPEED	5	13	5	13	5	13	5	13	5	13	5	13	5	13	5	13
	INCLINE	11	9	7	5	11	9	7	5	11	9	7	5	11	9	7	5
P32	SPEED	6	14	6	14	6	14	6	14	6	14	6	14	6	14	6	14
	INCLINE	12	9	3	12	9	3	12	9	3	12	9	3	12	9	3	3
P33	SPEED	3	7	3	7	12	3	7	12	3	7	12	7	7	12	3	7
	INCLINE	12	10	4	12	10	4	12	10	4	12	10	4	12	10	4	4
P34	SPEED	5	7	12	7	3	12	7	3	12	7	3	12	7	3	12	7
	INCLINE	3	5	11	3	5	11	3	7	12	7	9	12	7	9	12	3
P35	SPEED	5	7	12	7	7	3	12	7	7	3	12	7	7	3	12	7
	INCLINE	3	4	5	6	7	7	8	9	11	12	12	12	12	12	11	3
P36	SPEED	5	7	12	7	5	12	7	5	12	7	5	12	7	5	12	7
	INCLINE	5	5	6	7	8	9	11	11	12	12	12	12	12	12	11	3

保守・運用について

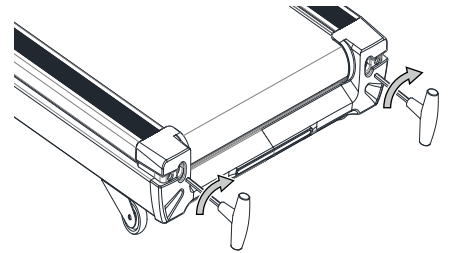
走行ベルトの調整

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当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は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、約3km/h の速度でベルトを回しながら、調整を行ってください。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。

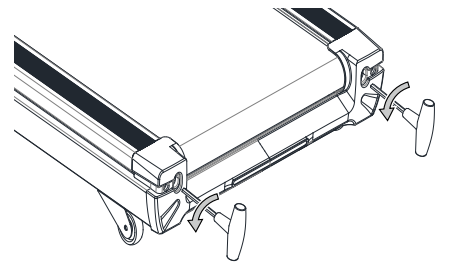
使用中、足を踏み込むと止まってしまう／空滑りをしてしまう

- 1 右調整ネジに六角レンチを差込右回しで 90 度回してください。
- 2 左調整ネジに六角レンチを差込右回しで 90 度回してください。
- 3 左右の調整後、一旦、ベルトを止め、自身で走行してみても止まり／すべりがなければ確認してください。
- 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節してください。



ベルトが持ち上がらない・走行ベルトの張りすぎ（縦に指 2 本程度が入らない場合）

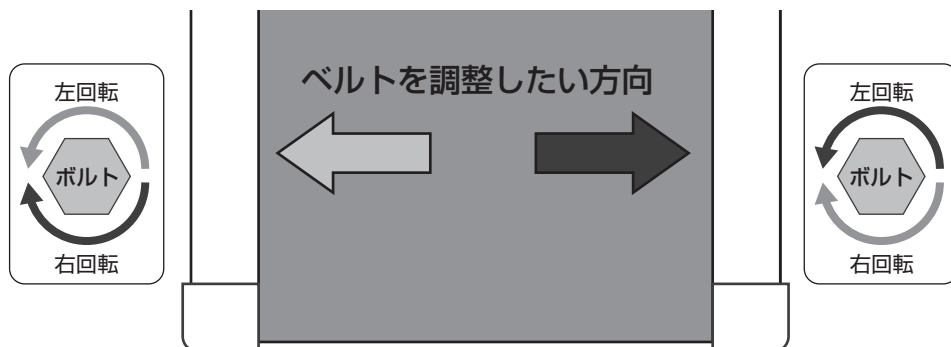
- 1 右調整ネジに六角レンチを差込左回しで 90 度回してください。
- 2 左調整ネジに六角レンチを差込左回しで 90 度回してください。
- 3 ベルト中ほどの左右どちらか片方の端をつまみ上げ、指が 2 本程度持ち上がる状態に調節できたか確認してください。
- 4 まだベルトが持ち上がらない場合は上記 1～3 までの手順を繰り返し調節してください。



センタリング調節

本製品を使用する前にランニングベルトの左右に位置ずれがないことを確認してください。ランニングベルトは、工場から発送される前にセンタリング調節を行い、正しい位置に調節されていますが、使用していく間に左右がずれることがあります。ずれを確認した場合は以下の手順に従って、センタリング調節をしてください。

- 1 本機を約 3km/h の速度で回したまま、後部エンドキャップに T レンチを差し込みます。
- 2 1/4 回転ずつ、テンションボルトを調節します。



●ベルトが右寄りの（左へ寄せたい）場合

1. 右側ボルトを締めます（右回転）
2. 左側ボルトを緩めます（左回転）

●ベルトが左寄りの（右へ寄せたい）場合

1. 左側ボルトを締めます（右回転）
2. 右側ボルトを緩めます（左回転）

保守・運用について

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おき、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

- ・ご使用時間約 **100 時間**もしくは、ご購入後約**3ヶ月の経過**に伴い工場出荷時の潤滑剤の効果が徐々に無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ください。

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、必ず噴霧してください。
- ・最低でも**1ヶ月に1度以上**は噴霧することを心がけてください。

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ください。

※ 注意 潤滑剤を多量に噴霧するとベルトの作動にかえて悪影響（ベルトが滑る）を与えます。

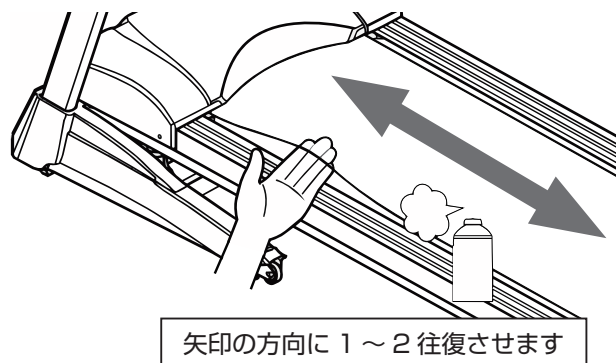
※ 注意 CRC556 等の機械油を潤滑油代わりに使用しますと、かえて滑りを悪くします。使用頻度が多い場合には回数を多めにするようにしてください。

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

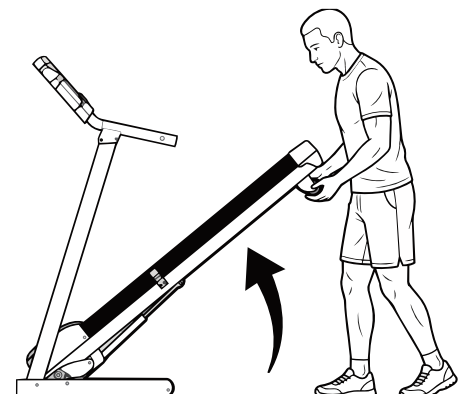
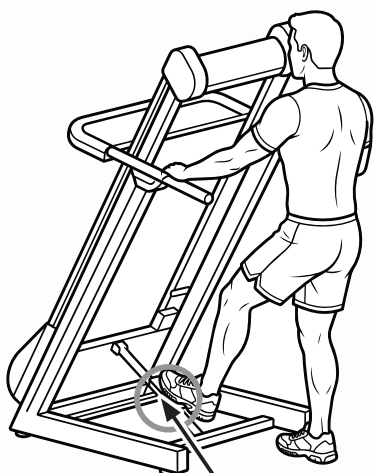
- ・シリコンスプレーのつけすぎには注意してください。（ベルトが空回りしてしまいます。）
- ・前後のローラーにかからないようにしてください。
- ・走行ベルト表面には絶対にシリコンスプレーをかけないでください。
- ・シリコンスプレーを噴霧するときには本体の溝等に溜まっているホコリを取り除いてから、噴霧するようにしてください。
- ・シリコンスプレーはお近くのホームセンター等でご購入してください。

折りたたみ方法と折畳み解除方法

本機の折り畳みとその解除を行う際、必ず床面が平坦であり、障害物に乗り上げていないことをご確認ください。本機の水平が保たれていない場合、突然倒れ、破損やけがを負う恐れがあります。

折りたたみ方法

1. 本体が平らな状態であることを確認してください。
2. 電源コードをコンセントから抜き、両手で本体の後方を支柱側へ持ち上げてください。
3. 走行部分を押し上げ油圧シリンダーがまっすぐになるところまでロックさせ、ロックが確実にされていることを確認してから手を放してください。



折りたたみ解除方法

1. 本体が平らな状態であることを確認してください。
 2. シリンダーの中心部を軽く足で押しながら解除します。解除した時、本体を軽く手前に引いてください。（解除できない場合は本体を少し押しながら解除してください。）
 3. 手で本体を支えながら、下までゆっくりと降ろしてください。
- ※ 強く押したり、足で蹴ったりすると破損の原因になりますので、絶対におやめください。

中心部分を軽く押すように踏んでください

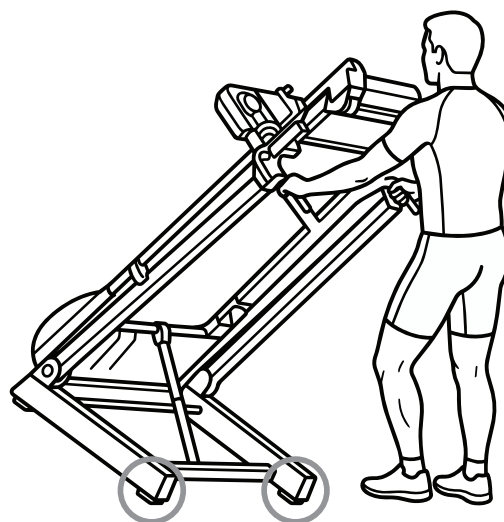
移動方法

本体を折り畳んだ状態で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。本機の移動を行う際、必ず床面が平坦であり、障害物が周りにないことを確認してから行ってください。

本機は重量がありますので、床に傷がつくことがあります。移動の際には敷物等をご用意ください。

※ 体力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すすめいたします。

※ 移動用キャスターを軸に移動しないと、本体下のクッションや本体を破損する恐れがありますので、十分ご注意ください。



移動用キャスターを軸に
前部を浮かせます。

故障かなと思ったら

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	プラグをコンセントに差し込んでください。
	電源スイッチをオンにしていない	電源スイッチをオンにしてください。
	セーフティキーが外れている	セーフティキーをパネルに置いてください。
	接続コネクタが外れている	コネクタの接続を確認してください。
	メインコードが断線している	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	セーフティキーをパネルに置いてください。
	ベルトがたるんで空回りしている	ベルトを張りなおしてください。
	ベルトの摩擦が多い	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（設置場所の乾燥等）	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ってください。
		電源コードのアースの装着を確認してください
走行中空回りする、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	走行ベルトを調整してください。
	モーターベルトがたるんでいる	モーターベルトを調整してください。
	シリコンスプレーの塗りすぎ	ペーパータオル等で拭いてください。
	走行ベルトの表面加工が なくなっている	走行ベルトの交換をおすすめします。
モーターが熱くなる	長時間使用した	30分以上操作しないでください。
	寒さでベルトが縮んだ	ベルトをゆるめてください。
	ベルトの摩擦が多い	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んでいる	本体の下を定期的に清掃する。
	靴底のラバーがこすれている	
音がする	ガタツキ・キシミ音がする	設置位置を確認し、ネジを締めなおしてください。
	ローラーから音がする	ローラー軸部分にグリース等の機械油を吹き付けてください。
	ベルトが擦っている	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	前ローラーの付け根部分にグリース等の機械油を吹き付けてください。
		モーターベルト・前ローラーを乾拭きして、埃等を取り除いてください。

トラブルシューティング（エラーコードと対策）

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ご確認ください。

エラーコード	意味・原因	対策
E-01	A. 接続不具合（各コネクタの接触不良・断線など）	各配線コネクタの接続を確認してください。 改善しない場合はパネル、基盤、またはモーターの交換が必要です。
	B. パネルの不具合	
	C. 下部制御基盤の不具合	
	D. モーターの不具合	
E-02	A. モーターの不具合	モーターの配線接続を確認し、改善しない場合はモーターまたは基盤の交換が必要です。
	B. モーターと基盤の接続不良	
E-03	A. 速度センサーの取り付け位置不良	速度センサーの取り付け位置・ズレを確認してください。 センサーの清掃やコネクタの抜き差しを行い、改善しない場合はセンサーまたは基盤の交換が必要です。
	B. 速度センサーの故障	
	C. 速度センサーと基盤の接続不良	
	D. 基盤の故障	
E-05	A. 基盤の故障	基盤またはモーターの交換が必要です。
	B. モーターの故障	
E-07	パネルの安全機能作動、または不具合	1. セーフティキーの位置がずれていないか確認してください。 2. セーフティキーを一度外して、正しく取り付け直してください。 3. それでも直らない場合はパネルの故障・交換が必要です。

不具合が解決しない場合は、お買い求めの販売店またはカスタマーサポートまでお問い合わせください。

製品メンテナンス

- 製品の外観を保つために、汚れや汗などは中性洗剤を薄めて含ませた布で拭き、その後乾いた布等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。
- パネルの汚れや汗は、乾いた布で拭き取ってください。
- マシン各部位のボルト類に緩みがないか常にチェックして、正常を保ってください。



連続使用時間について

本製品を末長くご使用していただくために、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下さい。

- 連続使用時間は **120** 分までです。
- 次に使用するときには、先に使った時間の 倍以上 のインターバルを取って下さい。
(例：30 分間使用 ⇒ 60 分間以上マシンを休ませる。足元のメインスイッチも切って下さい。)
- 一日の総使用時間の限度は **3** 時間までです。
※マシンを長くご利用頂くために、走行板へのシリコンスプレーを噴霧等、定期的なメンテナンスも忘れずに行ってください。

消耗品のご購入

パーツのお求めや修理のご連絡は、大広株式会社までお問い合わせください。

フリーダイヤル： 0120-25-1622

携帯電話・PHS： 03-5652-5056

受付時間：平日・午前 10～12 時 / 13～17 時

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	ルームランナー（家庭用）DK-3925EA
保 証 期 間	ご購入日より1年間
ご 購 入 日	年 月 日
お 名 前	
ご 住 所	〒
T E L	— —

- (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、本書（もしくは当社から発送した年月日を示す証票）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・使用環境にともなうサビ・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
 - 取付場所の床面の損傷
 - 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) 家庭用以外に使用した場合は、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) 修理品についての運賃、組み立て、諸費用は原則としてお客様負担をお願いします。
- (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。
- (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

携帯電話・PHS：03-5652-5056

受付時間：平日 10～12 時／13～17 時

開発販売保守 **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