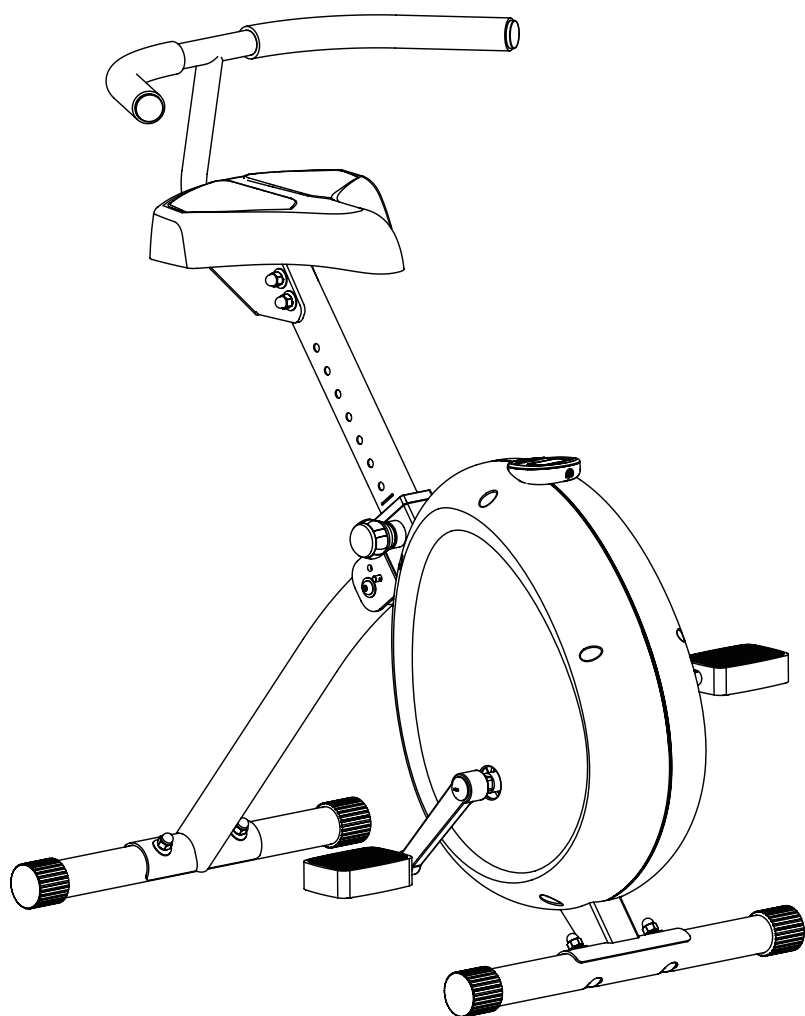


AEROBIKE® S SERIES
AEROBIKE®
TYPE EGGG



取扱説明書

目次	ページ
安全にお使いいただくために	2
エアロバイク対応アプリでより効果的に	3
各部の名称と部品の確認	4
本体の準備	5
シートポストの高さ調整	10
イヤースенサーの使い方	11
コントローラーのはたらき	12
使ってみよう	14
お手入れのしかた	20
故障かな？	22
参考資料（消費カロリー目安）	23
製品仕様	23
修理サービスと保証（保証書）について	24

※本製品は家庭用です。



※「エアロバイク」「AEROBIKE」は、株式会社コナミスポーツライフの登録商標です。

© 2017 Konami Sports Life

ご使用前にこの取扱説明書をよくお読みの上、正しくお使いください。また、本書は大切に保管してください。取りはずしてある部品は、本書をよく読んで組立ててください。本品を他のお客様にお譲りになるときは、必ず本書もあわせてお渡しください。

このたびはエアロバイク® TYPEeGG をお買い求めいただきありがとうございました。

- ご使用前に、この「取扱説明書」をよくお読みのうえ、正しくお使いください。
- ここに示した注意事項は、製品を安全に正しくお使いいただき、あなたや他の人々への危害や損害を未然に防止するためのものです。
- 注意事項は、危害や損害の大きさと切迫の程度を明示するために「警告」と「注意」の2つに区分しています。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。

	表示の意味
 警告	「死亡または重傷を負う可能性が想定される」内容です。
 注意	「傷害または物的損害が発生する可能性が想定される」内容です。

- お読みになった後は、お使いになるかたがいつでも見られるところに必ず保管してください。

警告

- 本製品は一般のご家庭でお使いいただくためのもので、健康な方を対象とした有酸素運動のトレーニングマシンです。業務用としてのご使用はおやめください。
- 身体に病気や障害のあるかたは、トレーニングを始める前に必ず専門医、またはスポーツトレーナーに相談してください。特に、次のようなかたが運動療法としてご使用になる場合は必ず専門医にご相談ください。
 1. 心臓病（狭心症・心筋梗塞など）
 2. 糖尿病
 3. 高血圧症（降圧剤を服用中のかたなど）
 4. 呼吸器疾患（ぜんそく・慢性気管支炎・肺気腫など）
 5. 変形性関節症・リウマチ・痛風
 6. その他、身体症状で不安のあるかた
- 妊娠中またはその可能性のある方はご使用前に医師にご相談ください。
- トレーニング中に、めまいや吐き気など、身体の異常を感じた場合や、トレーニングが非常にきつく感じられた場合は、無理をしないでただちにトレーニングを中止してください。また、トレーニング後に身体の異常を感じた場合は、いったん使用を中止して、専門医かスポーツトレーナーにご相談ください。
- ご年配のかたや、日ごろ運動習慣のないかたは、初めてお使いになる前に念のため専門医またはスポーツトレーナーにご相談のうえ、メディカルチェック（運動することが差しつかえないかの健康診断）を受けてください。
- 安全のため乳幼児やペットを本製品に近づけないようにしてください。
- 安全のためお子さまだけで使用しないようにしてください。大人の方が付き添った状態で使用するようにしてください。
- 安全のため本体の上に立ち上がったり、本体を傾けて使用しないようにしてください。
- 直射日光の当たる場所や、浴室や風雨にさらされる場所など湿気やほこりの多い場所、熱器具の近くには据え付けしないでください。火災や変形の恐れがあります。
- 熱中症を防ぐため室温が高い状態ではトレーニングを行わないでください。扇風機やエアコンで室温を下げてから運動するようにしてください。
- 本製品の使用者体重制限は100kgです。体重が100kgを超える方はご使用にならないでください。ご使用中に機器が破損する恐れがあり、重大な事故につながる可能性があります。

注意

- 本機の分解・修理・改造は絶対に行わないでください。発火したり、異常動作して事故を起こす恐れがあります。
- コントローラーは精密電子機器です。衝撃を与えたり、荷重をかけたりしないでください。故障の原因になります。
- 不安定な場所で使用しないでください。転倒する恐れがあり、けがの原因になります。
- 水をかけたり、ベンジン、シンナー、ガソリン、磨き粉等で拭いたり、殺虫剤をかけないでください。ひび割れ、感電、引火の恐れがあります。

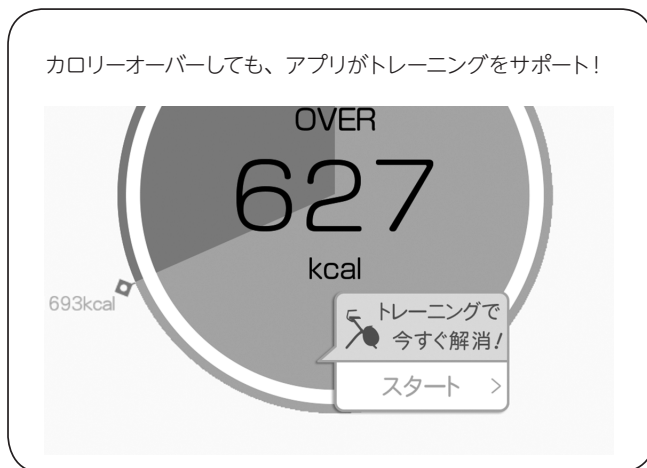
おねがい

- 「警告」「注意」などのラベルは剥がさないでください。

Bluetooth® Low Energy に対応したスマートフォンをお持ちのお客様はエアロバイク対応アプリ(以下、アプリ)をぜひお試しください。エアロバイク TYPEeGG でのトレーニングがより楽しいものになりますよ!

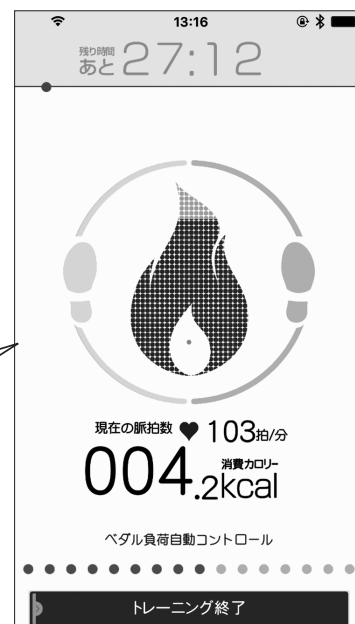
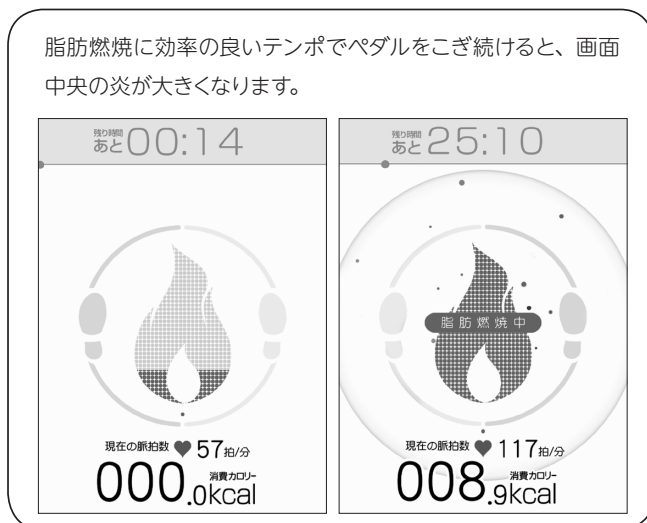
トレーニングメニューを作成してくれる!

食事量を記録するとアプリがカロリーを自動計算し、カロリーオーバーだった場合、その分のカロリーを燃焼するトレーニングを始めることが可能です。さらに「ヘルスケア」「Google Fit™」など OS 標準機能との連動が可能です。



アニメーションとリズムにのって楽しく運動!

トレーニング中は運動ペースや脈拍の変化をグラフィカルに表現し、楽しみながらより効果の高い運動ができるようにアプリがサポートしてくれます。



左記のバーコードからエアロバイク対応アプリのダウンロードページに移動できます。
下記アドレスからアクセスすることもできます。

<http://573.jp/eabk>

※ 画面は開発中のものです。仕様は予告なく変更される場合がございます。

※ Bluetooth® Low Energy は、米国 Bluetooth SIG, INC. の米国ならびにその他の国における商標または登録商標です。

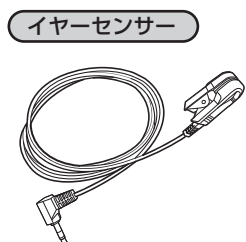
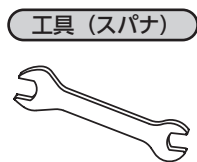
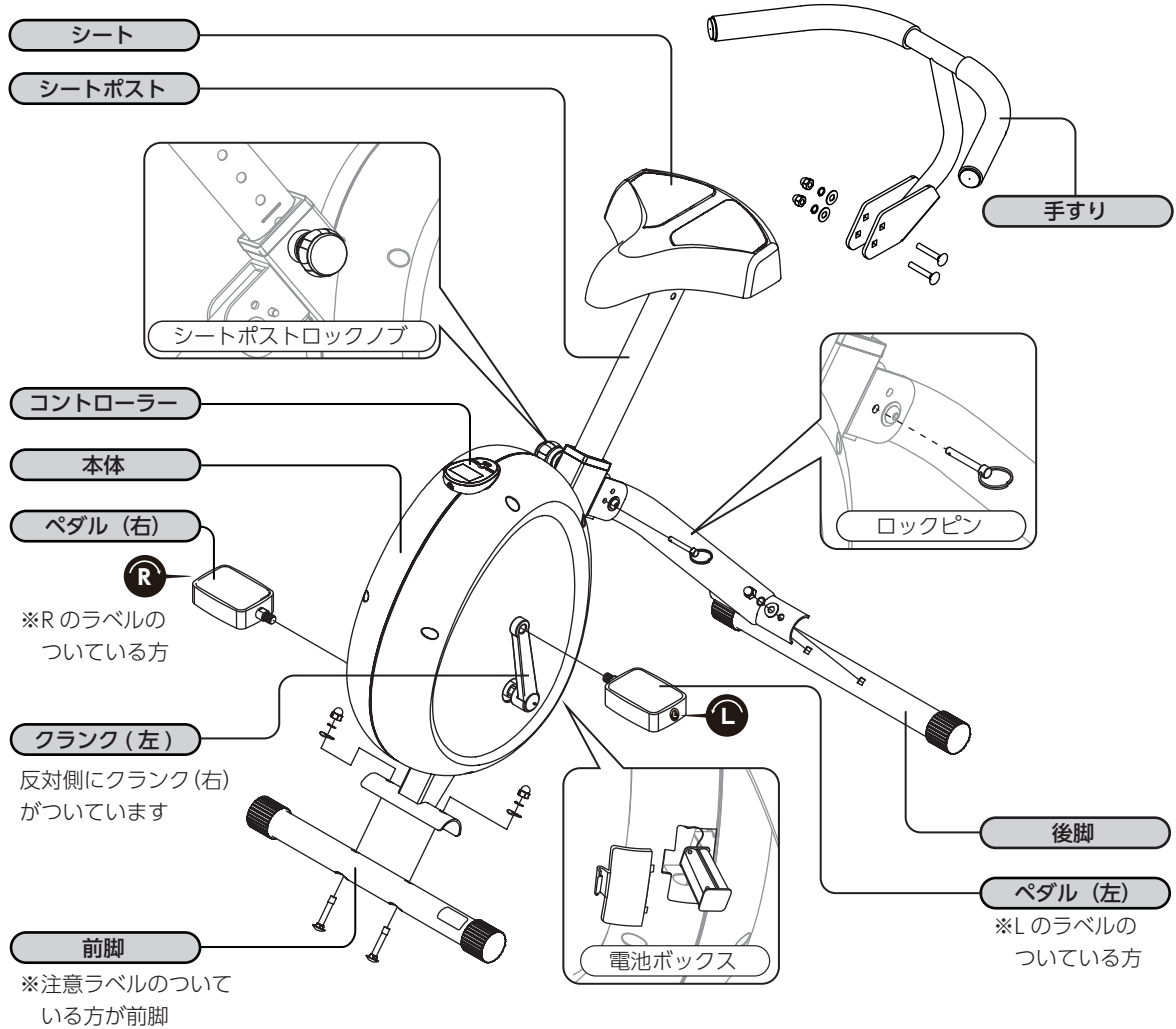
※ Google Fit は Google Inc. の商標です。

4

各部の名称と部品の確認

- 警告** ● 小さな部品を含みますので乳幼児やペットが誤飲しないようご注意ください。
- 注意** ● コントローラーに寄りかかったり、コントローラーを持って持ち上げるなど、コントローラーに大きな力を加えないようにしてください。

組み立て前に本体部品、付属部品が揃っていることをご確認ください



- 前後脚取付ボルト**
- 前後脚取付ボルト (50mm)
 - 曲面ワッシャー
 - スプリングワッシャー
 - 袋ナット
- × 4組

- 手すり取付ボルト**
- 手すり取付ボルト (45mm)
 - 平ワッシャー
 - スプリングワッシャー
 - 袋ナット
- × 2組

※イヤースンサーのプラグの形状は本書と異なる場合があります。
 ※本機では単3形のアルカリ乾電池もしくはニッケル水素充電電池を4本使用します。
 ※電池は付属しておりません。別途ご購入ください。

組み立て方

⚠ 警告 ● 組み立て中は小さな部品や工具を乳幼児やペットが誤飲しないようご注意ください。

⚠ 注意 ● 床面を傷つけないようにするため、床面を保護するマットなどの上で作業を行ってください。
● 本体を梱包材から取り出すときにコントローラーに大きな力を加えないようにしてください。

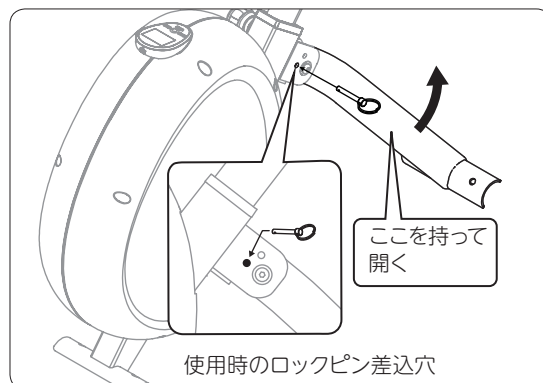
組み立ては1人でもできますが、なるべく2人以上で組み立ててください。組み立て時間の目安は約20分です。

1 後脚と前脚を取り付けます

脚の真ん中付近を持ってゆっくり脚を開き、使用時のロックピン差込穴にロックピンを差し込んで脚を固定します。

⚠ 警告 ● 脚を開閉する際は指などはさまないようご注意ください。
● ロックピンは必ず奥まで差し込んでください。ロックピンが差し込まれていない状態での使用は重大な事故を起こす恐れがあります。

⚠ 注意 ● ロックピンを差し込んだ状態では脚に多少の遊びがあります。前脚、後脚を取り付けた後にシートを上から軽く押して脚が開ききった状態にして下さい。



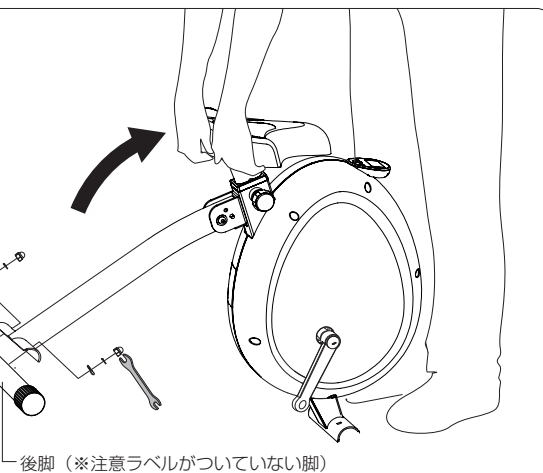
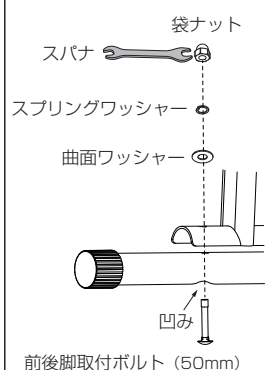
後脚、前脚の順番で本体に取り付けます。作業は2人以上で行うことをオススメします。付属のスパナを使って袋ナットが回らなくなるまでしっかり締め込んでください。

① まず後脚を取り付けます

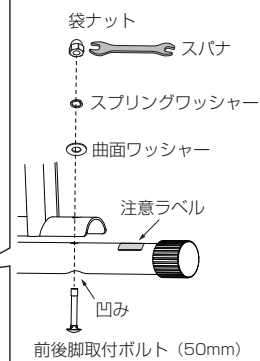
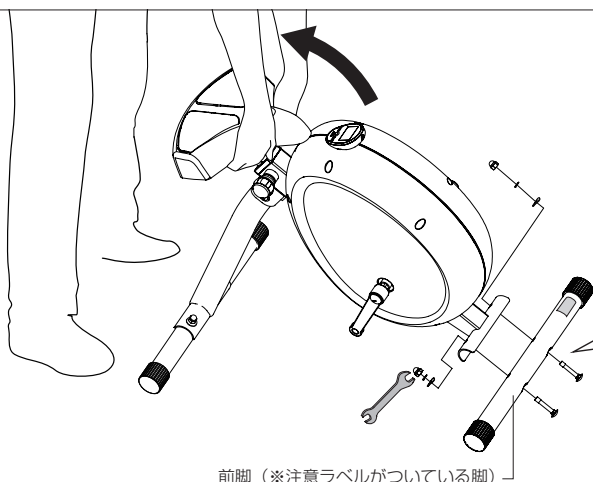
小さいほうが袋ナット用

スパナ

大きいほうがペダル用



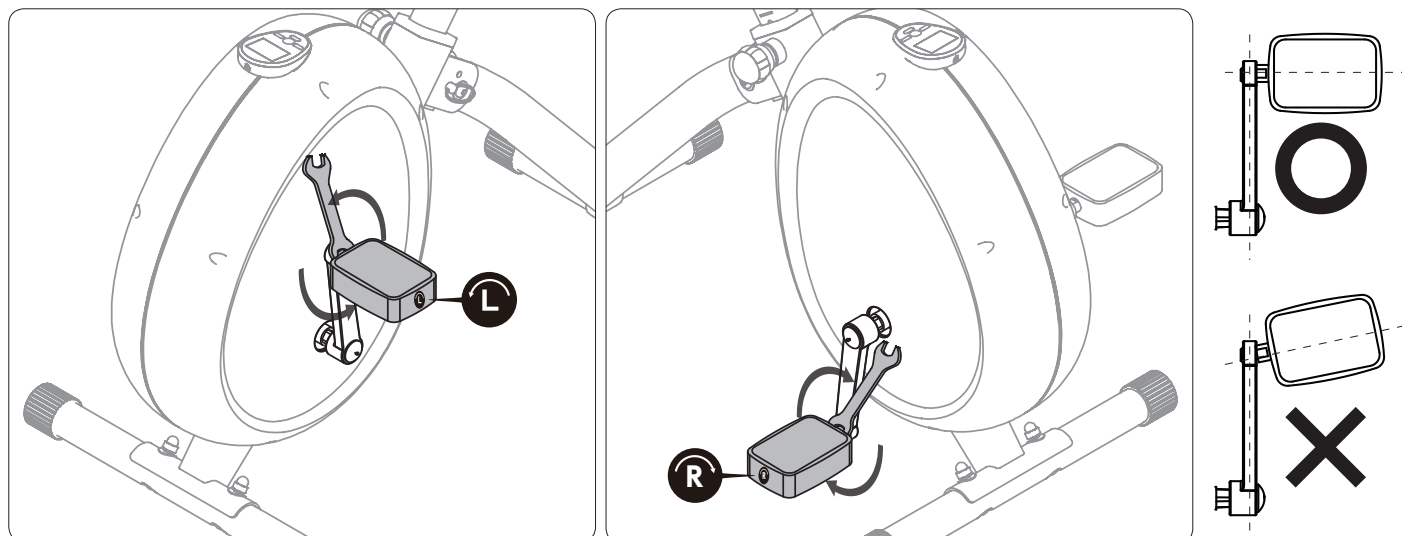
② 次に前脚を取り付けます



⚠ 警告 ● 付属のスパナで袋ナットが回らなくなるまでしっかり締め込んでください。締め込みが不十分だとご使用中に前脚、後脚がはずれて重大な事故を起こす恐れがあります。

2 左右のペダルを取り付けます

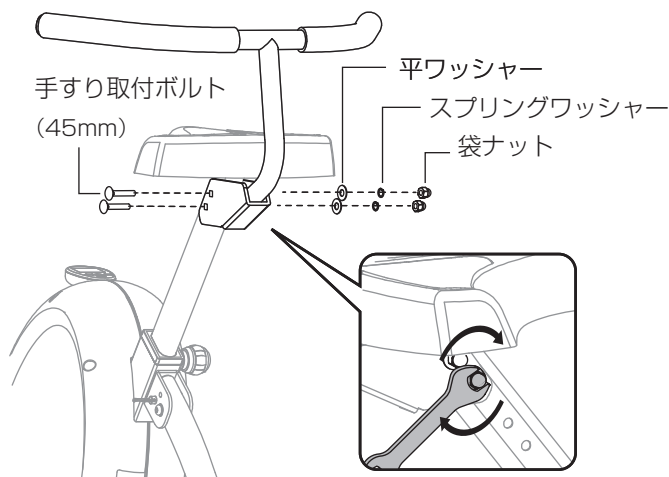
ペダルにはL・Rのシールが貼ってあります。Lのシールが貼ってあるペダルは左に、Rのシールが貼ってあるペダルは右に取り付けてください。左ペダルの取り付けは反時計回し（左回し）、右ペダルは時計回し（右回し）で付属のスパナを使ってきつく締め込んでください。



- ⚠ 注意**
- ペダルは左右で締める回転方向が違います。誤って逆方向に回した場合ネジ山が破損しペダルが取り付けられなくなります。
 - ペダルのネジをクランクのネジ穴に垂直に合わせてください。垂直に合わせない状態で無理やりネジを締めようとすると、ネジ山が破損しペダルが取り付けられなくなります。
 - ペダルは付属のスパナできつく締め込んでください。締め込みがゆるいとペダルが外れたり異音の原因になります。

3 手すりを取り付けます

シートポストに手すりを取り付けます。取り付け用ボルトを挿す方向は左右どちらからでも構いません。付属のスパナを使って袋ナットが回らなくなるまでしっかり締め込んでください。



※手すりは構造上取り付け後も多少上下に動きますが、袋ナットをしっかり締め込んであれば問題ありません。

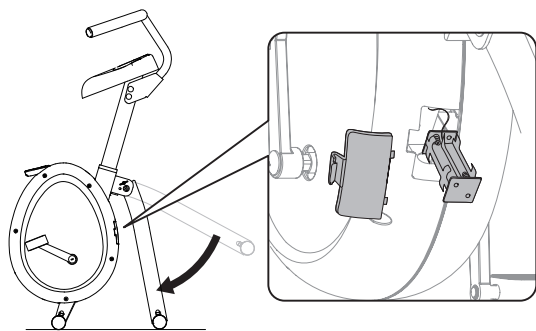
- ⚠ 警告**
- 付属のスパナで袋ナットが回らなくなるまでしっかり締め込んでください。締め込みが不十分だとご使用中に手すりがはずれて重大な事故を起こす恐れがあります。
- ⚠ 注意**
- 手すりが取り付けにくい場合はシートポストの高さを調整して取り付けやすい高さにしてください。10ページの「シートポストの高さ調整」を参照してください。
 - シートポストの高さを調整した場合はシートポストがしっかり固定されていることを確認してください。しっかり固定されていないと使用中にシートが落下する恐れがあります。

4 電池を取り付けます

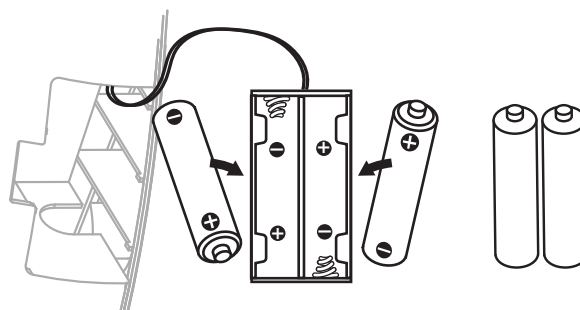
- △ 注意**
- 本機では単 3 形のアルカリ乾電池もしくはニッケル水素充電電池を 4 本使用します。
 - 電池は付属しておりません。別途ご購入ください。
 - 電池を交換する際は 4 本全て同じ種類の新品の電池と交換してください。
 - 取り付ける際には電池の向き (+・- の極性) が正しいことを確認してください。
 - 電池の交換は必ず電源を OFF (19 ページ参照) にしてから行ってください。

取り付け作業を行いやすくするために脚を一度折りたたみます。9 ページの「折りたたみ方」を参照してください。

本体カバー後方下部の電池ボックスカバーを外し、電池ケースに電池を取り付けます。電池を取り付ける向きは電池ケースに指示があります。カバーを閉める際にケーブルをはさみ込まないようにご注意ください。



電池を取り付けた後は脚を開いた状態に戻します。9 ページの「開き方」を参照してください。

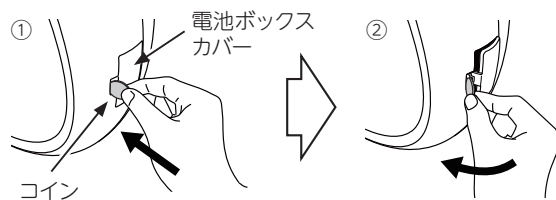


※電池の向き(+・-の極性)を間違えないようご注意ください。

- △ 警告**
- 脚を開閉する際は指などはさまないようご注意ください。
 - 必ずロックピンを差し込んだ状態で作業を行ってください。
 - ロックピンを乳幼児やペットが誤飲しないようご注意ください。

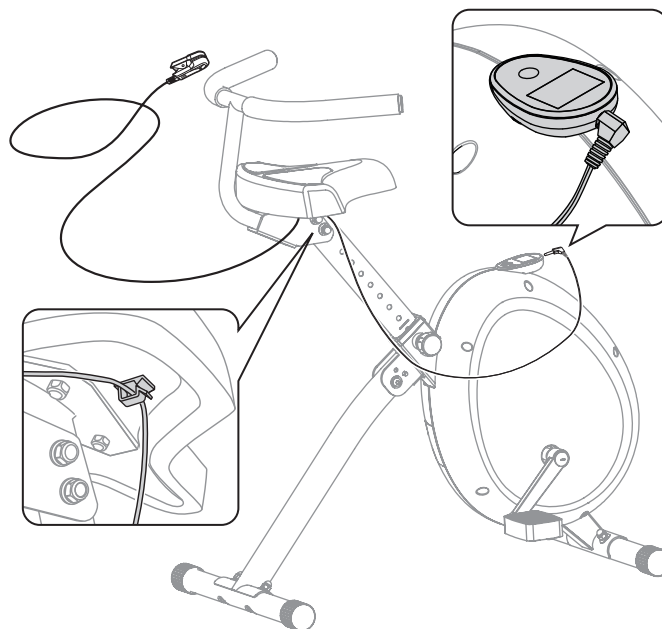
電池ボックスカバーの外し方

十円硬貨などのコインを電池ボックスカバーのツメに引っ掛け、右図のように動かしてカバーを引き出します



5 イヤーセンサーを取り付けます

- ② イヤーセンサーのコードをコードホルダーに通します。コードホルダーは左右にありますので好きな方をお使いください。



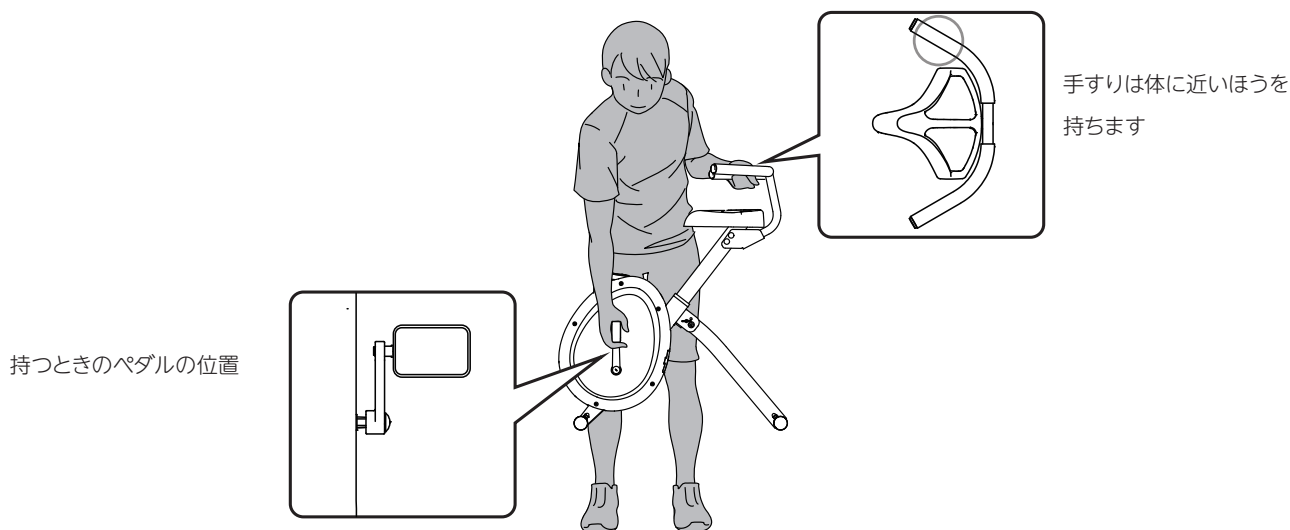
- ① イヤーセンサーのプラグをコントロール前部のジャックに差し込みます。

組み立てチェック表

	チェック項目	対応方法
<input type="checkbox"/>	使用時のロックピン差込穴にロックピンが差し込んでありますか？	9 ページの「開き方」を参照してロックピンを差し込んでください。
<input type="checkbox"/>	後脚、前脚の袋ナットに緩みはありませんか？	5 ページの「 1 後脚と前脚を取り付けます」を参照して付属のスパナで袋ナットが回らなくなるまでしっかり締め込んでください。
<input type="checkbox"/>	ペダルにガタつきはないですか？ペダルをこぐと異音が発生していませんか？	6 ページの「 2 左右のペダルを取り付けます」を参照して付属のスパナできつく締め込んでください。
<input type="checkbox"/>	手すりの袋ナットに緩みはありませんか？	6 ページの「 3 手すりを取り付けます」を参照して付属のスパナで袋ナットが回らなくなるまでしっかり締め込んでください。

本体の持ち運び方

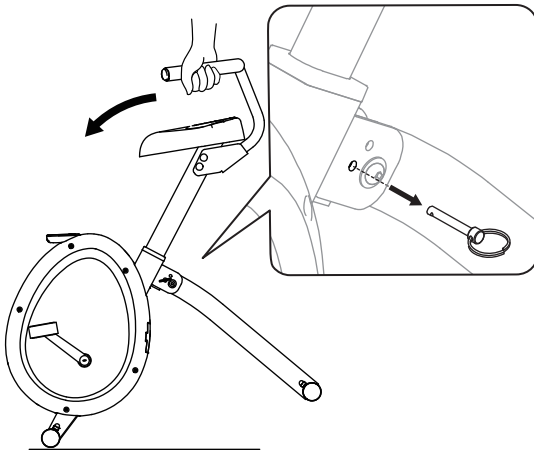
手すりとペダルを持って持ち上げて運びます。脚は開いた状態、折りたたんだ状態どちらでもかまいません。



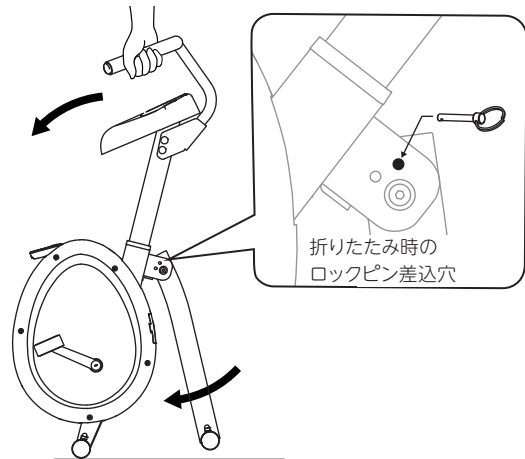
- 警告**
- 持ち上げる前にロックピンが差し込まれていることを確認してください。差し込まれていない状態で持ち上げると重大な事故を起こす恐れがあります。
 - 持ち上げる前に手すりの袋ナットに緩みがないことを確認してください。袋ナットに緩みがある状態で持ち上げると重大な事故を起こす恐れがあります。
 - 持ち上げる前にシートポストがしっかり固定されていることを確認してください。(10 ページの「シートポストの高さ調整方法」を参照) しっかり固定されていない状態で持ち上げると重大な事故を起こす恐れがあります。
 - 持ち上げる前にペダルにガタつきがないことを確認してください。ガタついた状態で持ち上げると重大な事故を起こす恐れがあります。
- 注意**
- コントローラーおよびシートポストロックノブを持って持ち上げないでください。破損する恐れがあります。

折りたたみ方

① 手すりを持って本体を少し前に傾けてからロックピンを外します。



② 手すりを持ったままゆっくり本体を前に傾けて、折りたたみ時のロックピン差込穴が合うまで本体を傾けます。ロックピン差込穴が合ったところでロックピンを差し込みます。

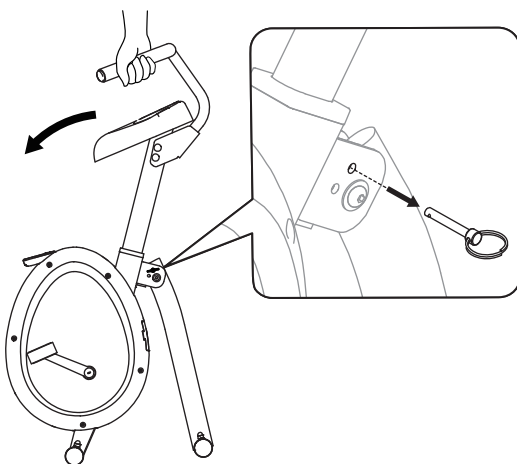


警告

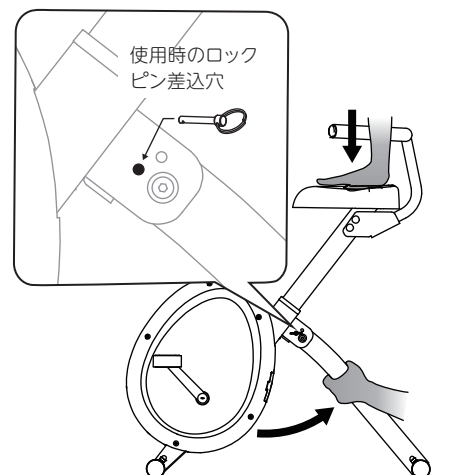
- 脚を開閉する際は指などをはさまないようにご注意ください。
- 折りたたみ後はロックピンは必ず差し込んでください。
- ロックピンを乳幼児やペットが誤飲しないようご注意ください。
- 折りたたんだ状態でシートに腰掛けたり手すりに寄りかからないでください。転倒の恐れがあります。

開き方

① 手すりを持って本体を少し前に傾けてからロックピンを外します。



② 脚の真ん中付近を持ってゆっくり脚を開き、使用時のロックピン差込穴にロックピンを差し込んで脚を固定します。ロックピンを差し込んだ後、シートを上から軽く押して脚を完全に開ききります。



警告

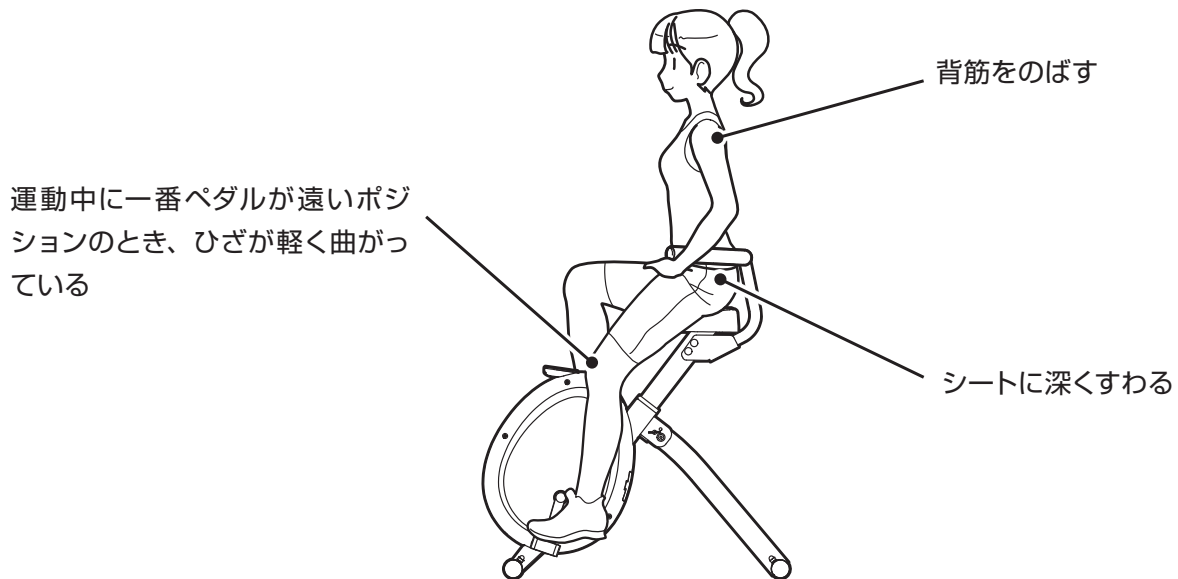
- 脚を開閉する際は指などをはさまないようにご注意ください。
- 脚を開いた後はロックピンは必ず差し込んでください。ロックピンが差し込まれていない状態での使用は重大な事故を起す恐れがあります
- ロックピンを乳幼児やペットが誤飲しないようご注意ください。



注意

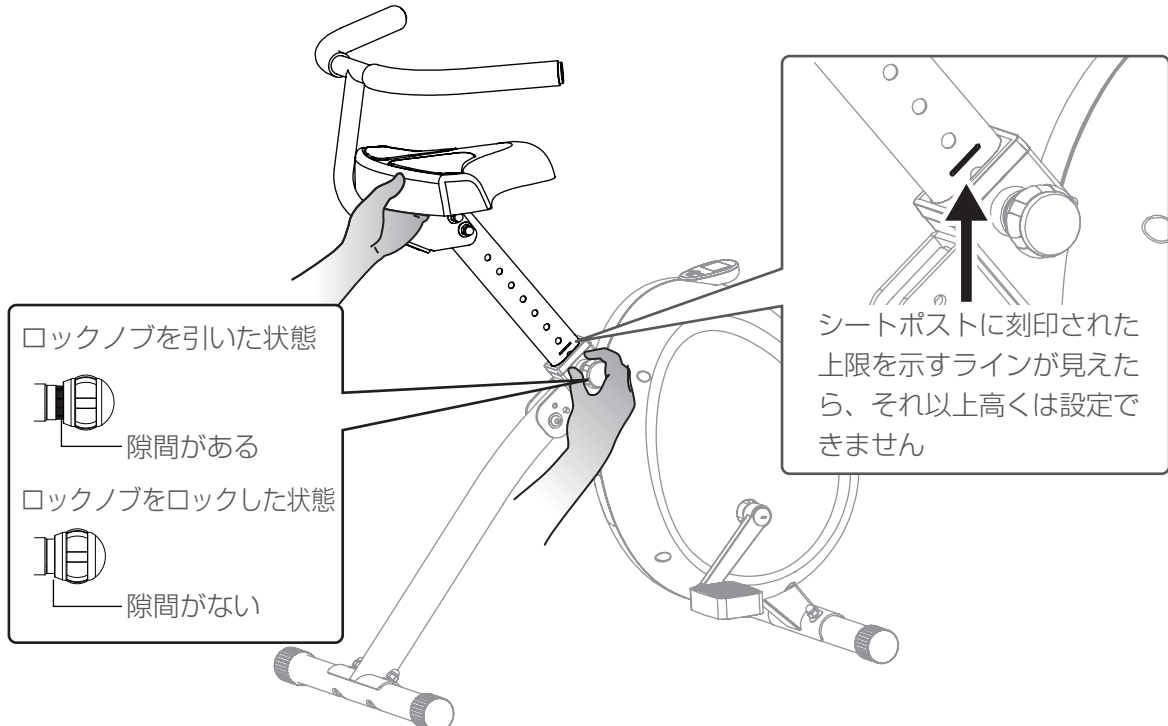
- ロックピンを差し込んだ状態では脚に多少の遊びがあります。シートを上から軽く押して脚が開ききった状態にしてください。

シートポストの適正な高さ



シートポストの高さ調整方法

シートポストロックノブを引きながら、シートの後ろ側を持ってシートポストをお好みの高さに合わせてノブを戻してください。シートポストの調整穴にロックノブのピンが入ることで高さが固定されます。ノブが引きにくい時はシートを少し持ち上げるようにすると引きやすくなります。



- ⚠ 警告**
- シートポストの高さを調整する際は手ずりにぶつからないようご注意ください。
 - シートポストがしっかり固定されていることをシートを上下に動かして確認してください。しっかり固定されていないと使用中にシートが落下して重大な事故を起こす恐れがあります。
 - シートに座った状態でシートポストの高さ調整を行わないでください。
- ⚠ 注意**
- シートポストを引き抜かないでください。故障の原因となる恐れがあります。

イヤースенサーを使用する前に

イヤースенサーを使用する前に耳たぶをよくもんで、血行を良くしておいてください。血行が悪いと脈拍が検出されにくくなりますのでご注意ください。

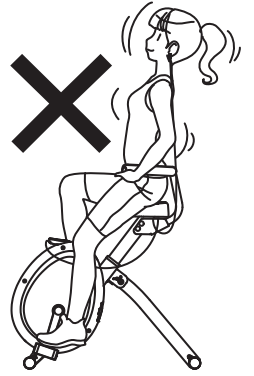


血行が悪くなる例

- ・クーラーや扇風機などの風が直接当たっている
- ・室温が低い

イヤースенサーご使用中の注意

ご使用中はイヤースенサーやコードをゆらさないようにしてください。ゆらしてしまいますと正しく脈拍を検出できないことがあります。



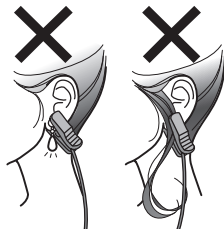
イヤースенサーの装着のしかた

イヤースенサーのクリップを耳たぶのできるだけ中央部分にはさみます。耳たぶは左右どちらでもかまいません。脈拍を検出しやすい部分は個人差があります。検出しにくいときにははさむ位置を少しずらすか（あまり深い位置にならないようにしてください）、はさむ耳を変えてみてください。



イヤースенサーを装着する際には髪の毛など異物をはさまないようにしてください。

イヤリングをしている方はイヤリングを外してください。ピアスをしている方はピアスを外し、穴を避けてイヤースенサーを装着してください。



イヤースенサーご使用後

イヤースенサーを耳たぶからはずすときはコードを引っ張らないようにしてください。コード断線の原因になります。

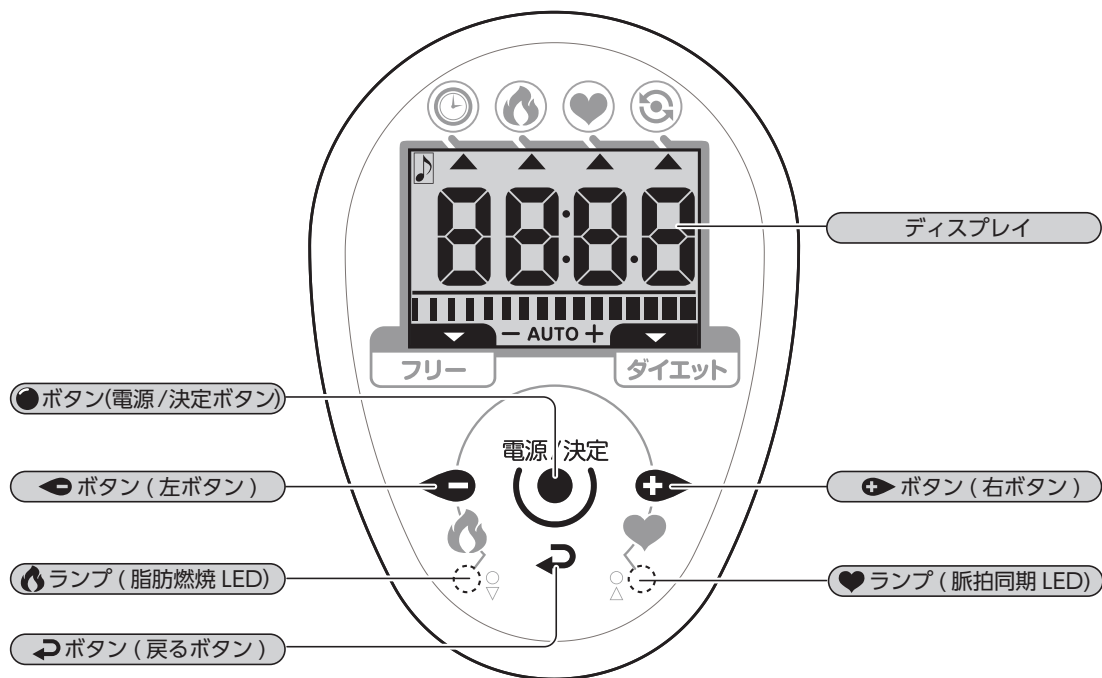


⚠ 注意

- イヤースенサーはコード、プラグ部分も含め精密部品ですので丁寧に扱ってください。
- 正確な脈拍を検出できないと適切なトレーニングを行うことができないばかりか、身体に過大な負荷がかかり非常に危険な場合があります。イヤースенサーが故障した場合には新しいものをお買い求めください。
- 外乱光の影響により脈拍の検出が不安定になるため、直射日光の当たる場所やライトが点滅している場所ではご使用しないでください。

コントローラーの各部名称とはたらき

- ⚠注意 ● コントローラーに寄りかかったり、コントローラーを持って持ち上げるなど、コントローラーに大きな力を加えないようにしてください。



● ボタン(電源/決定ボタン)

操作の決定、トレーニングの中断、トレーニングの再開などに使用すると共に、長押しによって電源の ON/OFF にも使用します。

◀ ボタン(左ボタン)

操作の選択などで使用します。

▶ ボタン(右ボタン)

操作の選択などで使用します。

↶ ボタン(戻るボタン)

操作や表示を戻す時などに使用します。

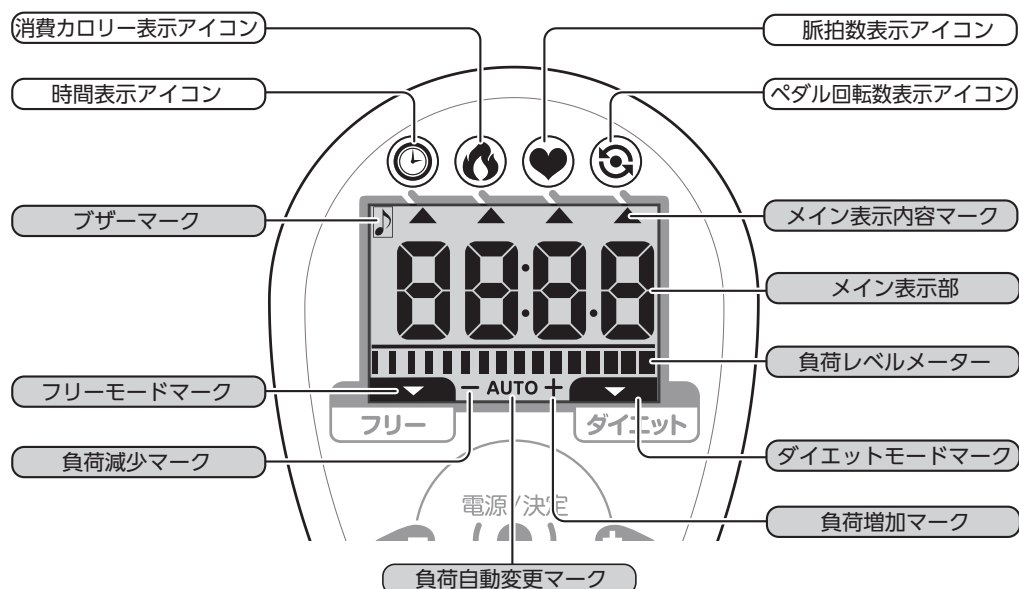
🔥 ランプ(脂肪燃焼 LED)

(ダイエットモードのみ) トレーニング中に脂肪燃焼に適切な運動強度で運動を行っている場合に LED が点灯します。

❤️ ランプ(脈拍同期 LED)

イヤースセンサーによって検出した脈拍に連動して LED が点滅します。

ディスプレイ内表示の各部名称とはたらき



メイン表示部

トレーニング中の残り時間、消費カロリー、脈拍数、ペダル回転数の表示、その他様々な情報を表示します。

メイン表示内容マーク

メイン表示部の内容が、マークの指しているアイコンに関連した内容であることを示します。例えば時間表示アイコンを指している場合、トレーニングの設定であればトレーニング時間を、トレーニング中であれば残り時間もしくは経過時間を表示していることとなります。



ブザーマーク

ブザー音を鳴らす設定の時にこのマークが表示されます。ブザー音はミュートすることができます(19ページ参照)。

負荷レベルメーター

ペダル負荷をレベルメーター形式で表示します。右に行くほど負荷が重く、左に行くほど負荷が軽くなります。

AUTO 負荷自動変更マーク

ダイエットモードでトレーニングしている場合に表示されます。自動で負荷変更が行われる時に点滅表示されます。

— 負荷減少マーク

トレーニング中に手動または自動で負荷を軽くする際に表示されます。

+ 負荷増加マーク

トレーニング中に手動または自動で負荷を重くする際に表示されます。



フリーモードマーク

フリーモードでトレーニングしている場合に表示されます。



ダイエットモードマーク

ダイエットモードでトレーニングしている場合に表示されます。

⚠ 警告 ● ご使用前には各部の部品がしっかり固定されていることをご確認ください。部品の取り付けが緩んでいましてご使用中に部品がはずれて重大な事故を起こす恐れがあります。

● 手すり、シートならびに本体に寄りかからないようにしてください。転倒する恐れがあります。

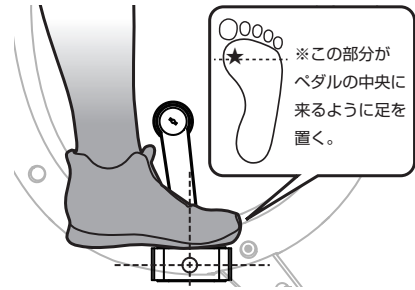
● 本体が左右に揺れてしまう程の激しいペダリングはしないようにしてください。転倒する恐れがあります。

⚠ 注意 ● 床面を傷つけないようにするため、床面を保護するマットなどの上でご使用ください。

● シートに腰掛ける際に足をコントローラーにぶつけないようご注意ください。

おねがい ● ゴム底の運動靴を履いてご使用ください。

● ペダルに足を乗せる際は足の指の付け根のふくらみ部分（※拇指球）をペダルの軸上に乗せるようにしてください。土踏まずの部分をペダルに乗せないでください。



はじめてお使いになるとき

本製品をはじめてお使いになる際に、適切な運動強度を判定するため年齢と性別を入力していただきます。この設定は最初に一度だけ行うものですが、後から変更することもできます。

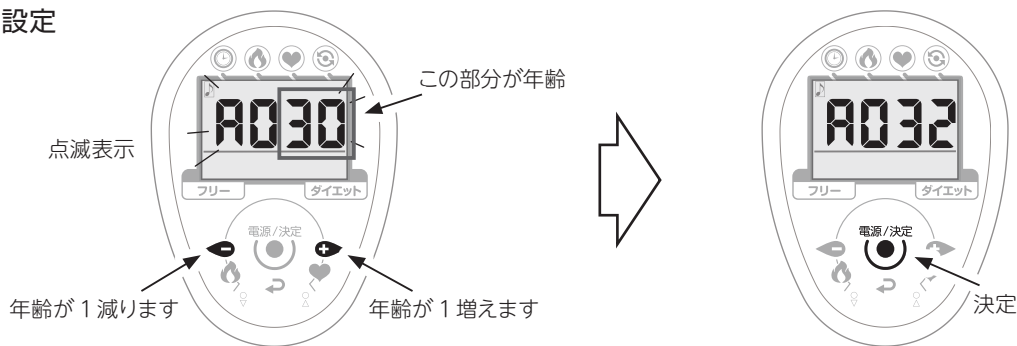
1 電源 ON

- ボタンを長押しして電源を ON にします。電源が ON になるとディスプレイが点灯します。
- ボタンを長押ししてもディスプレイが点灯しない場合は電池が正しく取り付けられているか確認してください。（7 ページ参照）。

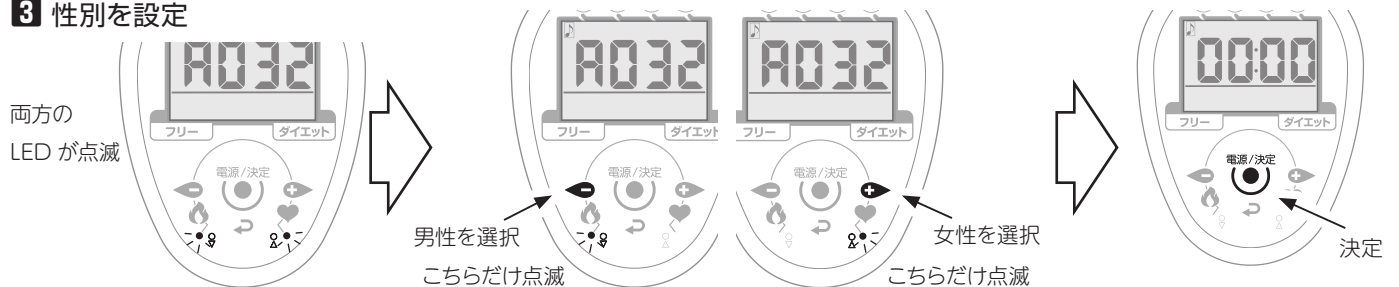
※図中の表示例は実際の表示とは異なることがあります。



2 年齢を設定



3 性別を設定



以上で最初の設定は終了です。

■ 年齢、性別の再設定を行うには？

トレーニングの設定状態（次項参照）から  ボタンと  ボタンを同時に長押しすると、年齢、性別の再設定を行うことができます。

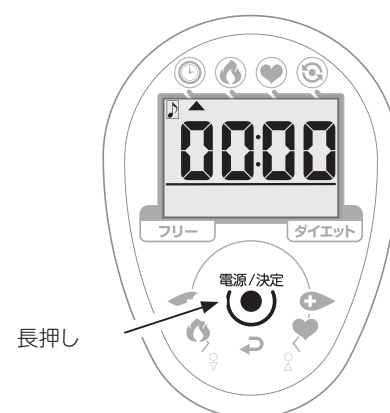
トレーニングの設定

トレーニング時間、目標消費カロリー、トレーニングモードを設定します。

1 電源 ON

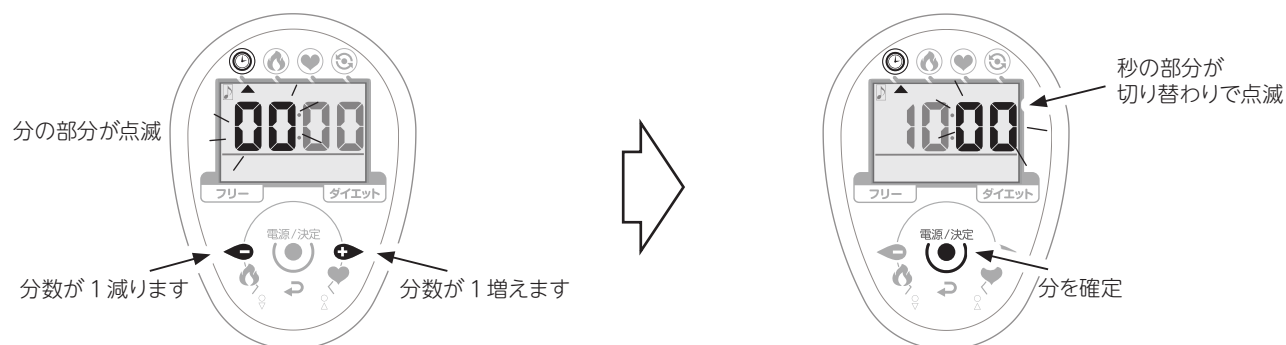
- ボタンを長押しして電源を ON にします。電源が ON になるとディスプレイが点灯します。
- ボタンを長押ししてもディスプレイが点灯しない場合は電池が正しく取り付けられているか確認してください。（7ページ参照）。

※図中の表示例は実際の表示とは異なることがあります。

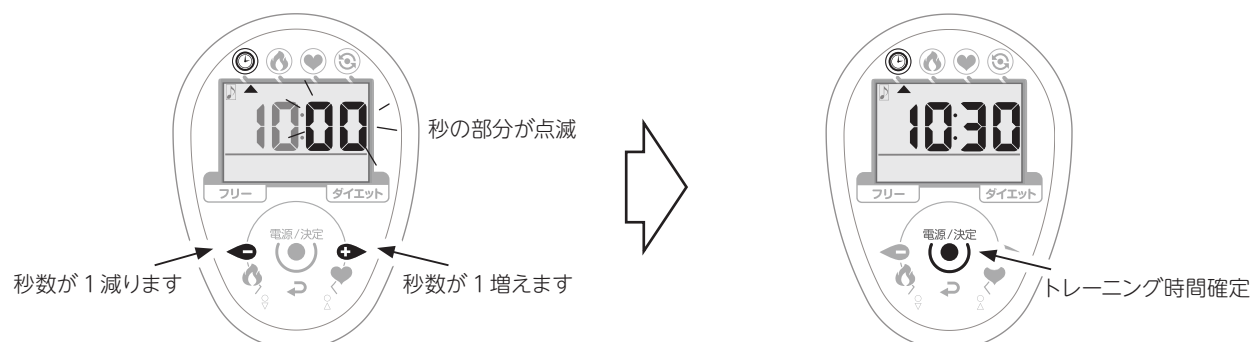


2 トレーニング時間を設定

① 分と秒を別々に設定します。まず分を設定します。設定途中で  ボタンを押すと変更前の数値に戻ります。



② 秒を設定します。設定途中で  ボタンを押すと分の設定からやり直せます。

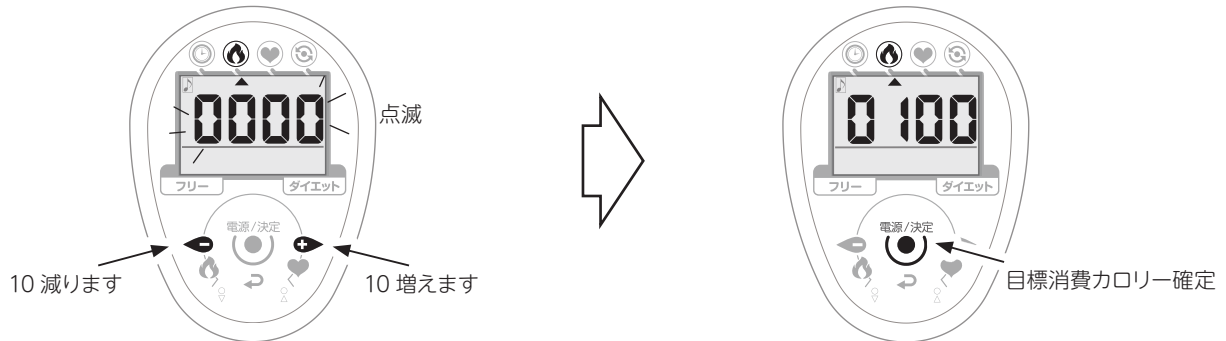


※トレーニング時間として 0 を設定することもできます。この場合トレーニング中の時間表示が経過時間表示となり、消費カロリーが設定した目標消費カロリーに達しない限り 99 分 59 秒までトレーニングできます。

トレーニングの設定

3 目標消費カロリーを設定

◀ ボタンと ▶ ボタンで変更する前に ↶ ボタンを押すとトレーニング時間の設定に戻ります。◀ ボタンと ▶ ボタンで変更した後に ↶ ボタンを押すと変更前の数値に戻ります。



※目標消費カロリーとして0を設定することもできます。この場合トレーニングの終了判定はトレーニング時間による判定だけとなります。

4 トレーニングモードを設定

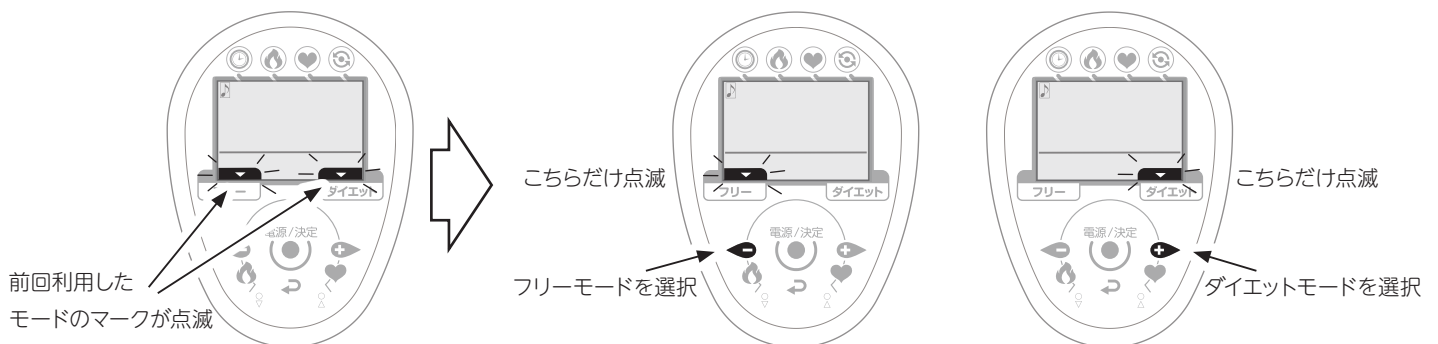
●ダイエットモード

設定年齢と性別から脂肪燃焼に最適な脈拍数を算出し、その脈拍数を目標として自動的に負荷調整されるトレーニングモードです。最低負荷から開始して目標脈拍数に達するまで徐々に負荷が重くなっていき、目標脈拍数に達した後はその脈拍数が維持されるように負荷調整されます。ご自分で負荷を変更することもできますが、変更後に目標脈拍数から大きくはなれた場合は自動で負荷が変更されます。

●フリーモード

ご自分で負荷を設定するトレーニングモードです。最低負荷の状態ですスタートしますのでお好きな負荷に変更してお使いください。

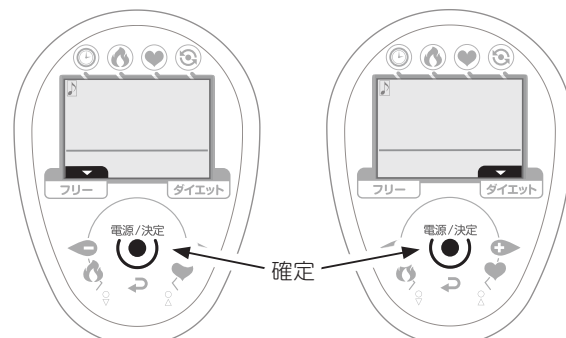
設定の途中で ↶ ボタンを押すと目標カロリーの設定に戻ります。



※初回起動時は両方のマークが点滅します。

フリーモードの場合

ダイエットモードの場合



以上で設定は終了です。設定が終わると自動的にトレーニングが開始されます。

トレーニング

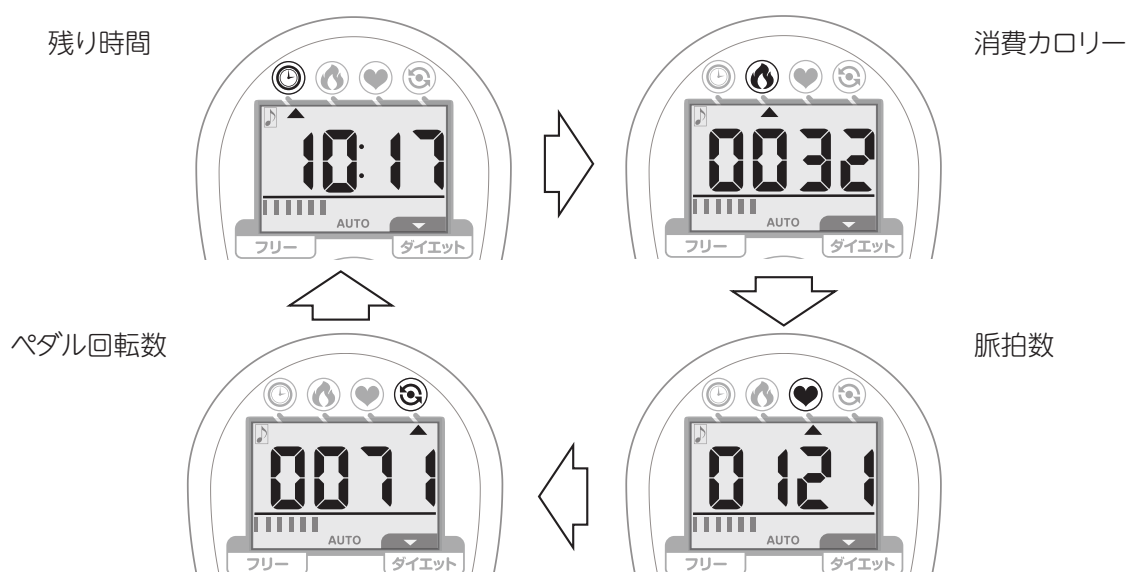
トレーニング中はブザー音によって以下のことをお知らせします。

- ペダルをこぐタイミング
- 10分毎に10分経過のお知らせ
- (ダイエットモードのみ) 目標脈拍数に達したお知らせ

残り時間が0になる(経過時間表示の場合は99分59秒経過)か消費カロリーが設定した目標消費カロリーに達するとトレーニング終了です。トレーニングが終了するとクールダウンに移ります。

■ メイン表示部の表示

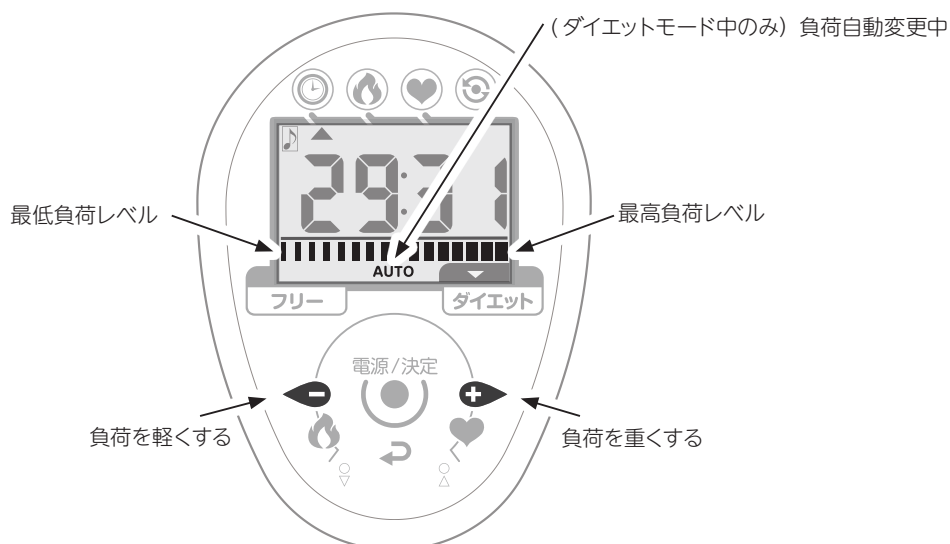
表示内容が一定時間ごとに切り替わります。↶ ボタンを押すと一つ前の表示内容に切り替わります。



※残り時間表示はトレーニング時間に0を設定した場合は経過時間表示となります。

■ ペダルの負荷調整

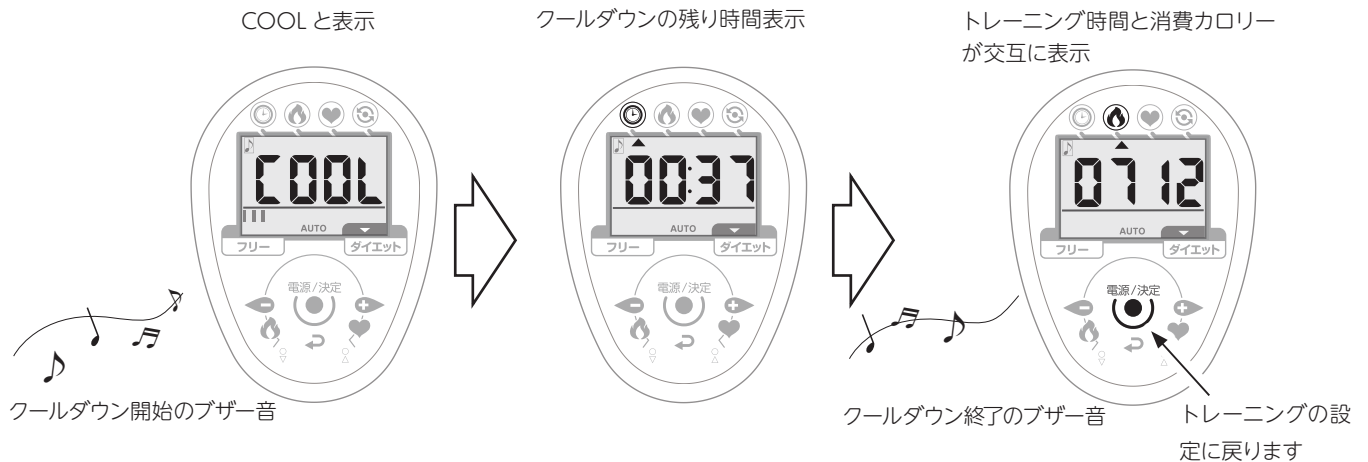
◀ ボタンと ▶ ボタンを使ってペダル負荷を変更することができます。ダイエットモードの場合は脂肪燃焼に最適な脈拍数を目標として負荷は自動調整されます(◀ ボタンと ▶ ボタン ▶ でご自分で変更することもできます)。



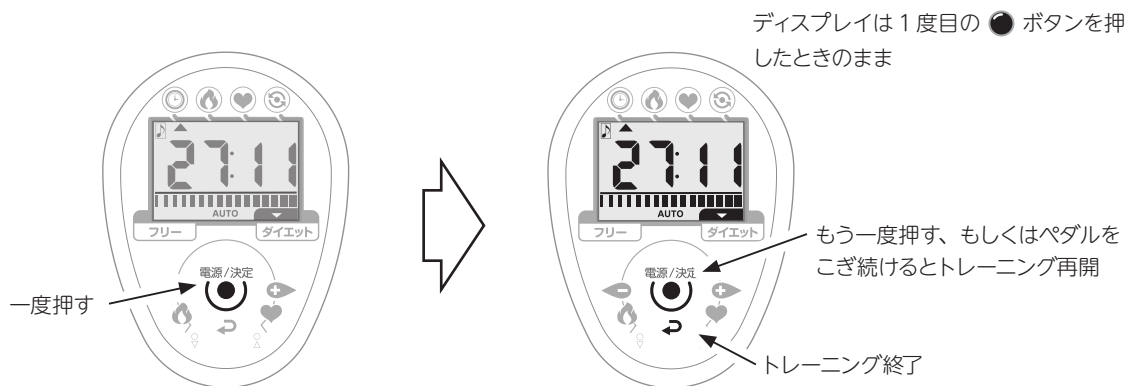
トレーニング

■ クールダウン

トレーニング後すぐに運動を停止すると心臓に負担がかかるためクールダウンを行います。自動で徐々に負荷が軽くなっていきます。ゆっくりで構いませんのでクールダウン終了までこぎ続けて下さい。

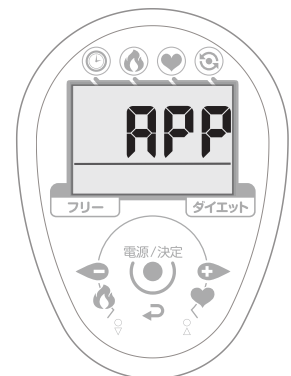


■ トレーニングを途中でやめる時



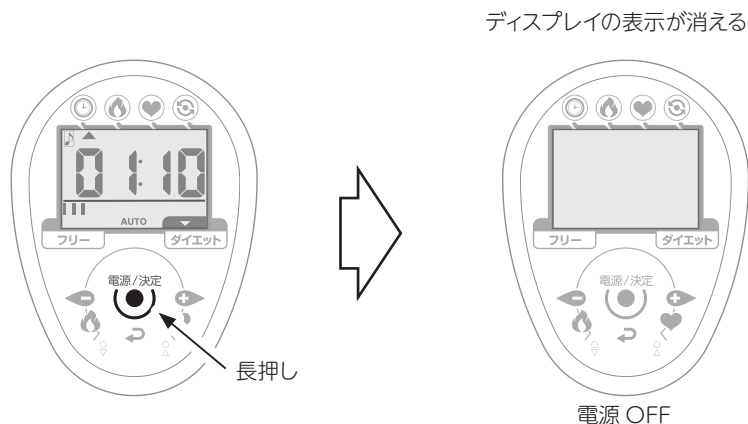
エアロバイク対応アプリを使うときは

エアロバイク対応アプリ (以下、アプリ) を使ってトレーニングを行うには、コントローラーのディスプレイの表示を「トレーニングの設定」の状態にします。あとはアプリの案内にしたがって操作します。アプリと接続状態になるとメイン表示部に "APP" と表示されます。トレーニングが終了すると自動で接続がきかれて「トレーニングの設定」の状態に戻ります。



電源の切り方

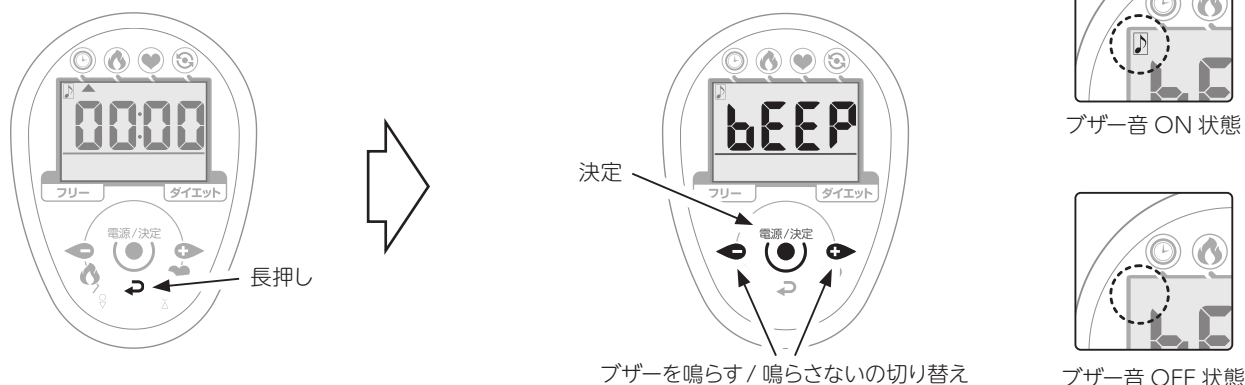
- ボタン長押しで電源が OFF になります。



- ※ 5 分間ペダルをこいだりコントローラーの操作をしないと自動で電源 OFF になります。
- ※ しばらくご利用の予定が無い場合には電池ケースから電池を外しておくことをおすすめします。

ブザー音を鳴らさないようにするには

トレーニングの設定状態



- ※ 脈拍値が非常に高く運動を続けるのが危険な事を知らせるための警告音は、ブザー音 OFF の設定であっても鳴ります。
- ※ ブザー音の設定が終わるとトレーニング時間設定の画面に戻ります。

電池が無くなると

ご使用中にディスプレイの表示が徐々に薄くなってきたら電池の残り容量が少なくなってきたサインです。
電源 ON 時にディスプレイに「Lo」と表示された場合も同様に電池の残り容量が少なくなってきたサインです。

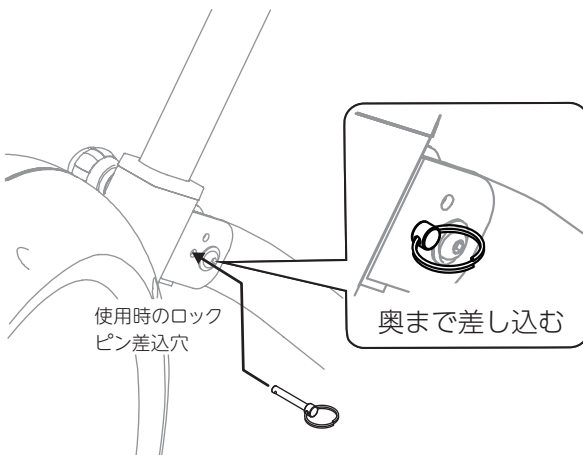


これらのサインがでた時は直ぐに新品のアルカリ乾電池か充電済みのニッケル水素充電電池に交換してください。電池の交換方法は 7 ページの「4. 電池を取り付けます」を参照してください。

ご使用前の点検

■ロックピンの点検

- ① 使用時のロックピン差込穴にロックピンが差し込んであることを確認してください。
- ② シートを下に軽く押し、脚が開ききった状態になっていることを確認してください。
- ③ ロックピンが破損、変形などで差し込めないような場合には新しいロックピンをお買い求めください。



■後脚、前脚の点検

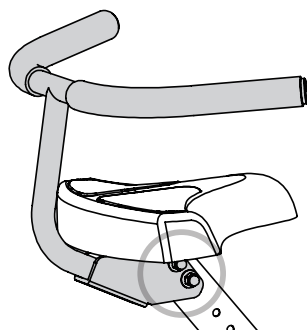
- ① 後脚、前脚の袋ナットに緩みがないか確認してください。
- ② 緩んでいる場合は 5 ページの「**1**後脚と前脚を取り付けます」を参照して付属のスパナで袋ナットが回らなくなるまでしっかり締め込んでください。

■シートポストの点検

- ① シートポストロックノブのピンがシートポストの穴に入っていて、シートポストがしっかり固定されていることを確認してください。
- ② 固定されていない場合は 10 ページの「シートポストの高さ調整方法」を参照してしっかり固定してください。

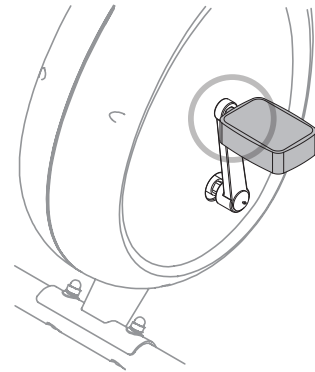
■手すりの点検

- ① 手すりの袋ナットに緩みがないか確認してください。
- ② 緩んでいる場合は 6 ページの「**6**手すりを取り付けます」を参照して付属のスパナで袋ナットが回らなくなるまでしっかり締め込んでください。



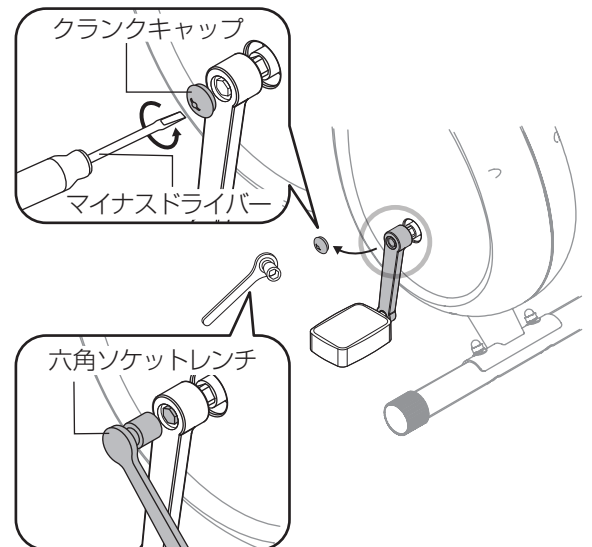
■ペダルの点検

- ① 左右のペダルにガタつきがないことを確認してください。
- ② ガタつきがある場合には 6 ページの「**2**左右のペダルを取り付けます」を参照して付属のスパナできつく締め込んでください。



■クランクの点検

- ① 左右のクランクの取り付けにガタつきがないことを確認してください。
- ② ガタつきがある場合にはクランクキャップを外して内部のボルトを対辺 13mm の六角ソケットレンチでしっかり締め込んでください。



※ マイナスドライバー、六角ソケットレンチは付属しておりません。

ご使用中、ご使用後のお手入れ

本体（特に金属部分）、コントローラー、イヤースセンサーに汗がかかった場合は、乾いた布でよく拭きとってください。

毎週のお手入れ

- 本体、コントローラーおよびシートの汚れを中性洗剤を薄めたものを含ませてよく絞った布で拭きとってから、乾いた布でよく拭いてください。
- イヤースセンサーのクリップの内側を綿棒で軽く拭きとってください。



ご不審な点や、ご使用中に異常が生じたときは、まず次の点をご確認ください。

電源が ON にならない

電池は正しく取り付けられていますか？

- 電池ケースの指示をよく確認して正しい向き（+・-の極性）で取り付けてください。（7 ページ参照）

最後にディスプレイが点灯していた時にメイン表示部に「Lo」と表示されていませんか？

- 電池が無くなっていますので、新品のアルカリ乾電池か充電済みのニッケル水素充電電池に交換してください。（7 ページ参照）

トレーニングをしていたら突然電源が OFF になった

電源が ON になりますか？

- 電源が ON にならない場合は電池が無くなっていますので、新品のアルカリ乾電池か充電済みのニッケル水素充電電池に交換してください。（7 ページ参照）

電源を ON にしたときディスプレイに「Lo」と表示されていませんか？

- 電池の残り容量が少なくなっていますので、新品のアルカリ乾電池か充電済みのニッケル水素充電電池に交換してください。（7 ページ参照）

トレーニング中にディスプレイの表示が徐々に薄くなったりしませんか？

- 電池の残り容量が少なくなっていますので、新品のアルカリ乾電池か充電済みのニッケル水素充電電池に交換してください。（7 ページ参照）

コントローラーのボタンを押しても次の操作に進まない

14 ページの「使ってみよう」を参照して順を追って操作してください。ボタン操作や特定のボタン操作を受け付けないタイミングがあります。

脈拍同期 LED が点滅しません

脈拍同期 LED が不規則な点滅をします

メイン表示部に表示される脈拍数が正確でないことがある

初回起動時の設定はお済みですか？

- 初回起動時の設定がされるまでは脈拍同期 LED は点滅しません。

イヤースенサーのプラグがジャックに正しく差し込まれていますか？

- 7 ページの「**5** イヤースенサーを取り付けます」を参照してプラグをしっかりと差し込んでください。

イヤースенサーは正しく装着していますか？

- 11 ページの「イヤースенサーの使い方」を参照して正しく装着してください。

イヤースенサーが傷んでいたりしていませんか？

- プラグ、コードも含めイヤースенサーが破損またはひどく劣化している場合は新しいものをお買い求めください。

ダイエットモードでトレーニングしているとペダル負荷がどんどん重くなっていく

トレーニング開始直後ではありませんか？

- 開始してしばらくは低負荷から徐々に負荷が重くなるようになっています。

脈拍同期 LED とメイン表示部に表示される脈拍数を確認してください。

- 正しく脈拍が検出できていないとペダル負荷の自動調整が正しく機能しません。

トレーニング中にブザー音が鳴りっぱなしになった

脈拍値が非常に高く運動を続けるのが危険な事を知らせる警告音です。

- 直ちに運動を止めてください。
- 脈拍が正しく検出できているか確認してください。

コントローラーのボタンを押してもブザー音が鳴らない

トレーニングやクールダウンの時にブザー音が鳴らない

ディスプレイのブザー音マークは表示されていますか？

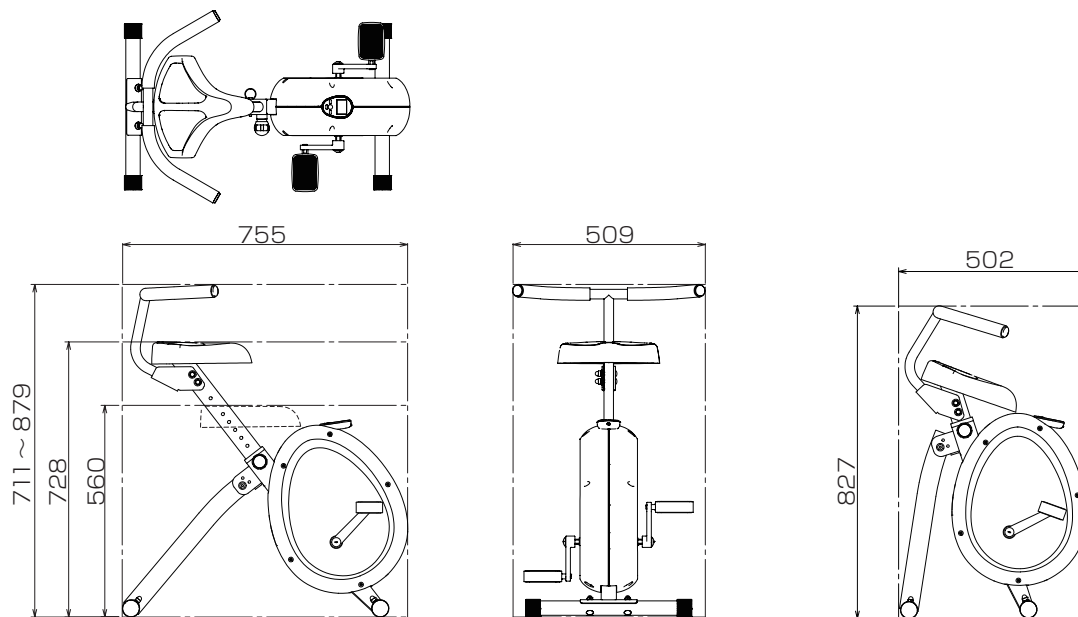
- ブザー音マークが表示されていない場合、19 ページの「ブザー音を鳴らさないようにするには」を参照してブザー音が鳴る設定にしてください。

目標消費カロリー設定の目安

主な食べ物の摂取カロリー一覧です。目標消費カロリーの目安にしてください。

ごはん・麺類・パン				肉類				魚介類			
ごはん	1杯	150 g	252 kcal	牛肉（国産）	かたロール	100 g	318 kcal	まぐろの刺身	1人前	82 g	86 kcal
かけうどん	1杯	571.1 g	452 kcal	牛肉（輸入）	かたロール	100 g	240 kcal	焼き魚（さんま）	1人前	178.7 g	441 kcal
食パン（6枚切り）	1枚	60 g	158 kcal	鶏肉	むね	100 g	191 kcal	牡蠣		100 g	60 kcal
ミックスピザ	1人前	237.1 g	574 kcal	豚肉	ばら	100 g	386 kcal	するめいか		100 g	88 kcal
卵・牛乳				豆類				野菜			
生卵	1個	53 g	78 kcal	絹ごし豆腐		100 g	56 kcal	トマト	1個	160 g	30 kcal
厚焼き卵	1人前	122 g	184 kcal	納豆	1人前	61 g	111 kcal	じゃがいも		100 g	76 kcal
牛乳（グラス）	1杯	189 g	127 kcal	厚揚げ		100 g	150 kcal	ほうれん草		100 g	25 kcal
プレーンヨーグルト		100 g	62 kcal	枝豆	1人前	25.2 g	34 kcal	青ピーマン		100 g	22 kcal
プロセスチーズ	1ピース（1/6）	25 g	85 kcal					ゴーヤ		100 g	17 kcal
果物				菓子・ソフトドリンク							
りんご	1個	210 g	113 kcal	フルーツケーキ	1切れ	56.2 g	215 kcal				
バナナ	1本	100 g	86 kcal	ミルクチョコレート（板）	1枚	70 g	391 kcal				
いちご		100 g	34 kcal	大福もち	1個	70 g	165 kcal				
もも（缶詰）		100 g	85 kcal	コーラ	1杯（グラス）	189 g	87 kcal				
				缶コーヒー	1缶	190 g	47 kcal				

製品仕様



- 本体質量 : 約 17kg
- 負荷方式 : 磁力式ブレーキ（16段階）
- 脈拍センサー : 光電脈波検出のイヤースセンサー
- 使用環境温度 : 15～35℃
- 使用者身長 : 135～180cm
- 使用者体重 : 100kg以下
- プログラム有効年齢 : 10～80歳

修理サービス

ご使用になって、ご不審な点や、万一、製品に故障や異常を感じたときは、まず「故障かな?」(22 ページ) の項や取扱説明書の記載内容をよくお読みのうえ、再度確認をお願いします。それでも異常があるときは、お買い上げの販売店、販売代理店、当社お客様サポートセンターにお知らせください。

お客様サポートセンター

ホームページからお問い合わせ

www.konami.com/sportslife/inquiry/

お電話でのお問い合わせ

個人のお客様 0120-026-573 法人・施設のお客様 03-5771-0611

【受付時間】 平日 10:00～18:00 (土・日・祝休日・年末年始を除く) ※受付時間は変更になる場合があります。

■ 保証（保証書）について

- 保証内容をよくお読みのうえ、大切に保管してください。
- 保証内容の詳細については、保証書をご覧ください。

■ 保証期間経過後、修理を依頼される時

- お買い上げ販売店、販売代理店または当社お客様サポートセンターにご相談ください。
- 修理により、製品機能が維持できる場合は、ご要望により有料で修理いたします。

■ 部品の保有期間について

- 当社では本製品の補修用性能部品（製品の機能を維持するために必要な部品）を製造打ち切り後、最低 5 年間保有しています。この部品保有期間を修理可能期間とさせていただきます。
- 保有期間が経過した後も、故障箇所によっては修理可能な場合がありますので、当社お客様サポートセンターにご相談ください。

AEROBIKE® TYPEeGG 保証書

保証期間	対象部品	期間（お買い上げ日より）
	本体	一年間
	イヤースセンサー、サドル、ペダル、ロックピン	対象外（消耗品）
お買い上げ日	年 月 日	
お客様	ご芳名	
	ご住所	
	電話 ()	

本書は、本書記載内容（下記記載）で無償修理を行なうことをお約束するものです。お買い上げの日から左記期間中に故障が発生した場合は、本書をご提示のうえ、お買い上げの販売店、販売代理店または当社お客様サポートセンターにお問い合わせください。

販売店	住所・店名
	電話 ()

保証規定

保証期間の起算日は、お買い上げ日といたします。保証を受ける際には、本書と合わせて『お買い上げ日・販売店』を確認できる書類（納品書、領収書など）が必要です。『お買い上げ日・販売店』を確認できる書類（納品書、領収書など）がない場合は、弊社出荷日を起算日といたします。

- 1 保証期間内に、取扱説明書、本体貼付ラベル等の注意書きに従った正常な使用状態において故障した場合には無料で修理いたします。
- 2 保証期間内に故障が発生した場合は、本書をご提示のうえ、お買い上げの販売店、販売代理店または当社お客様サポートセンターにお問い合わせください。
- 3 保証期間内でも次のような場合には有料修理となります。
 - (イ) 使用上の誤り、または改造や不当な修理による故障及び損傷。
 - (ロ) お買い上げ後の移設・輸送・落下などによる故障及び損傷。
 - (ハ) 火災、地震、風水害、落雷、その他の天災地変、及び公害、塩害、ガス害による故障及び損傷。
 - (ニ) 本書のご提示がない場合。
 - (ホ) 一般家庭用以外（例えば学校やジムのような業務用などへの長時間使用）に使用された場合の故障及び損傷。

- 4 離島及び離島に準ずる遠隔地への出張を行った場合は、出張に要する実費を申し受けます。
- 5 本書は日本国内においてのみ有効です。
- 6 本書は再発行いたしません。紛失しないように大切に保管してください。

【その他注意事項】

- 本書にご記入いただいた個人情報、保証期間内の無料修理対応及びその後の安全点検活動のために利用させていただく場合がございますのでご了承ください。
- 本書は、本書に明示した期間、条件のもとにおいて無料修理をお約束するものです。したがって本書によって法律上の権利を制限するものではありませんので、保証期間経過後の修理についてご不明の場合は、お買い上げの販売店、販売代理店、または当社お客様サポートセンターにお問い合わせください。
- 保証期間経過後の修理について詳しくは上記「修理サービスと保証（保証書）について」をご覧ください。

株式会社コナミスポーツライフ

本社 / 〒 252-0004 神奈川県座間市東原 5-1-1