

CFW-7000

コンパクトフラットウォーカー

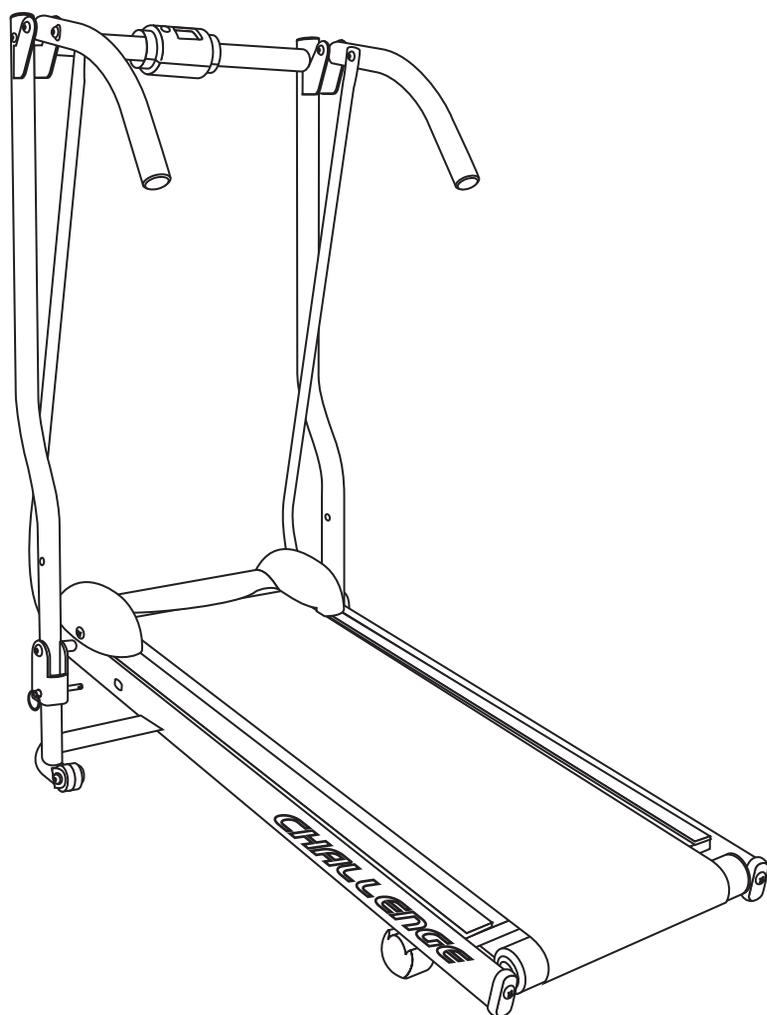
組立・取扱説明書

この度は本商品をお買い求め頂き誠にありがとうございました。

- ・ご使用になられる前にこの取扱説明書を最後までお読みになり、内容を良く理解してから正しくご使用下さい。
- ・この取扱説明書はご使用になる方が何時でも見れるよう商品付近に大切に保管して下さい。ご不明な点があれば、その都度お読み直し頂き正しくご使用下さい。
- ・ご使用前に必ず各固定部のボルト、ナットや固定ピン等の点検を行い、しっかり固定できているかご確認をお願いします。

〈目次〉

安全にお使いいただくために	2
お客様へお願い	3
梱包内容の確認	4
各部名称	5
組立方法	6、7
運動時のご注意	8
折りたたみ方法	8
コンピューター使用説明	9
トレーニングアドバイス	10
ベルトの偏り調節方法	11
歩行ベルト、歩行ボードのお手入れ	11
故障かな?と思ったら	12
お客様お問い合わせ番号	12
保証書	12



安全にお使いいただくために

本商品は家庭用です。この項目をよくお読みの上、正しくお使いください。
この「安全にお使いいただくために」をよくお読みの上、正しくお使いください。
この取扱説明書にない目的・方法ではお使いにならないでください。

警告とご注意



〈ご使用上のご注意〉

- ⊘ 次のような方はご使用をご遠慮ください。
 - 妊婦や生理中、心臓障害気管支系疾患等、安静が必要な方。
 - 医師の診断で運動を止められている方や発熱や過労などで体調が優れない方。
 - 体重が90kg以上の方。
 - 運動中に体に不調や異常を感じた場合は直ちに使用を中止し医師にご相談ください。
- ⚠ ご使用時の服装の注意と準備運動の励行でケガの予防。
 - ゴム底の運動靴を履き、体が動きやすい服装でご利用下さい。運動前には軽い準備運動を行い運動後は整理体操をそれぞれ5分程度行って体調を整えて下さい。
- ⊘ 次のような方は保護者が付き添ってご使用ください。
 - お年寄り、お子様、体の不自由な方、リハビリ用としてご使用になる場合。
また、危険防止のため、ご使用中には小さなお子様が近づかないようにしてください。

〈取扱上の注意〉

- ⚠ 傷を付けないように取扱い時や設置場所にご注意下さい。
 - 折り畳み時や使用時には床面を保護するマットなどの上でご使用下さい。
- ⚠ ご使用前にご確認下さい。
 - ご使用前に必ず各固定ボルト、ナットや固定ピン等の点検を行い、しっかり固定出来ているかのご確認をお願いします。
- ⊘ 本商品は家庭用です。
 - 本商品は一般家庭用ですので業務用としてやまた、不特定多数の方が使用する目的の場所では使用しないで下さい。
- ⚠ 万一商品が濡れた場合は
 - サビや故障の原因となります。また、滑りやすくなりますので乾いた布などで速やかに拭き取って下さい。

- ⊘ 次の場所には設置・保管をしないで下さい。
 - 斜めに傾いたり滑りやすい恐れのある不安定な場所や振動の多い場所。
 - 油煙や湯気、湿気や埃の多い場所。風通しの悪い場所。
 - 極端に高温や低温になる場所。直射日光の当たる場所や熱器具の近く。

- ⊘ 不当な修理・分解・改造をしないで下さい。
 - 不当な修理・分解・改造は破損・故障・ケガの原因となり大変危険です。

- ⊘ 異物を入れないで下さい。
 - メーターや本体の内部に異物を入れないで下さい。
異物が入ったまま使用すると故障の原因となります。
特にお子様のいるご家庭では注意して下さい。

- ⊘ 本機から降りる際は急に降りないで下さい。
 - 本機ごと倒れる恐れがございます。ご注意下さい。

- ! 傷を付けないようにご注意下さい。
 - 廊下やフローリング、畳の部屋で組立やご使用になると、床に傷を付ける場合があります。
必ずカーペットなどを敷き、傷を付けないようご注意下さい。

お客様へお願い

本商品をご家庭で手軽にご使用頂けるように設計されたトレーニング器具です。トレーニングジムや多人数でのご使用には不適切です。あらかじめご了承下さい。

▪
荷物の取扱いには十分な注意を致しておりますが、何分にも海外からの輸入品ですので、輸送途中に細かな傷や汚れ等が生じる場合がございます。ご理解ご了承頂きますようお願い致します。

▪
本商品は大量生産をしており、検査のために組み立て傷が生じる場合がございます。ご理解ご了承頂きますようお願い致します。

▪
商品の形状は安全向上の為に予告なく変更をする場合があります。カタログや説明資料等と一部異なる場合がございますが、あらかじめご了承下さい。

自走式ウォーカーについてのご注意

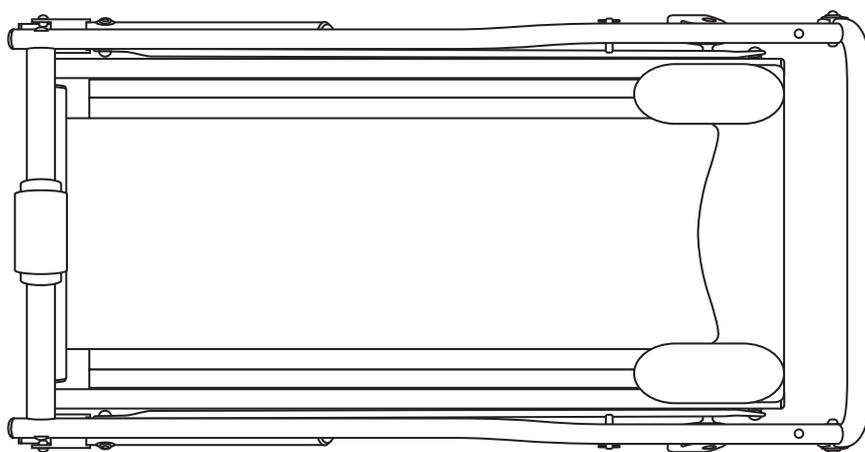
本商品は「自走式」のウォーカーです。運動される方ご自身が歩いて頂くことにより歩行ベルトが回転するタイプのウォーカーです。

梱包内容の確認

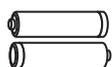
組立の前に梱包内容をご確認ください。万一、不足等ございましたら販売店もしくは当社までご連絡いただきますようお願いいたします。

	部品名	数量
1	本体	1
2	単四電池	2
3	歩行ベルト調節工具	1
4	説明書	1

1.本体（メーター、本体固定ピンは本体に仮止めされています）



2.単四電池



3. 歩行ベルト調節工具



4.説明書

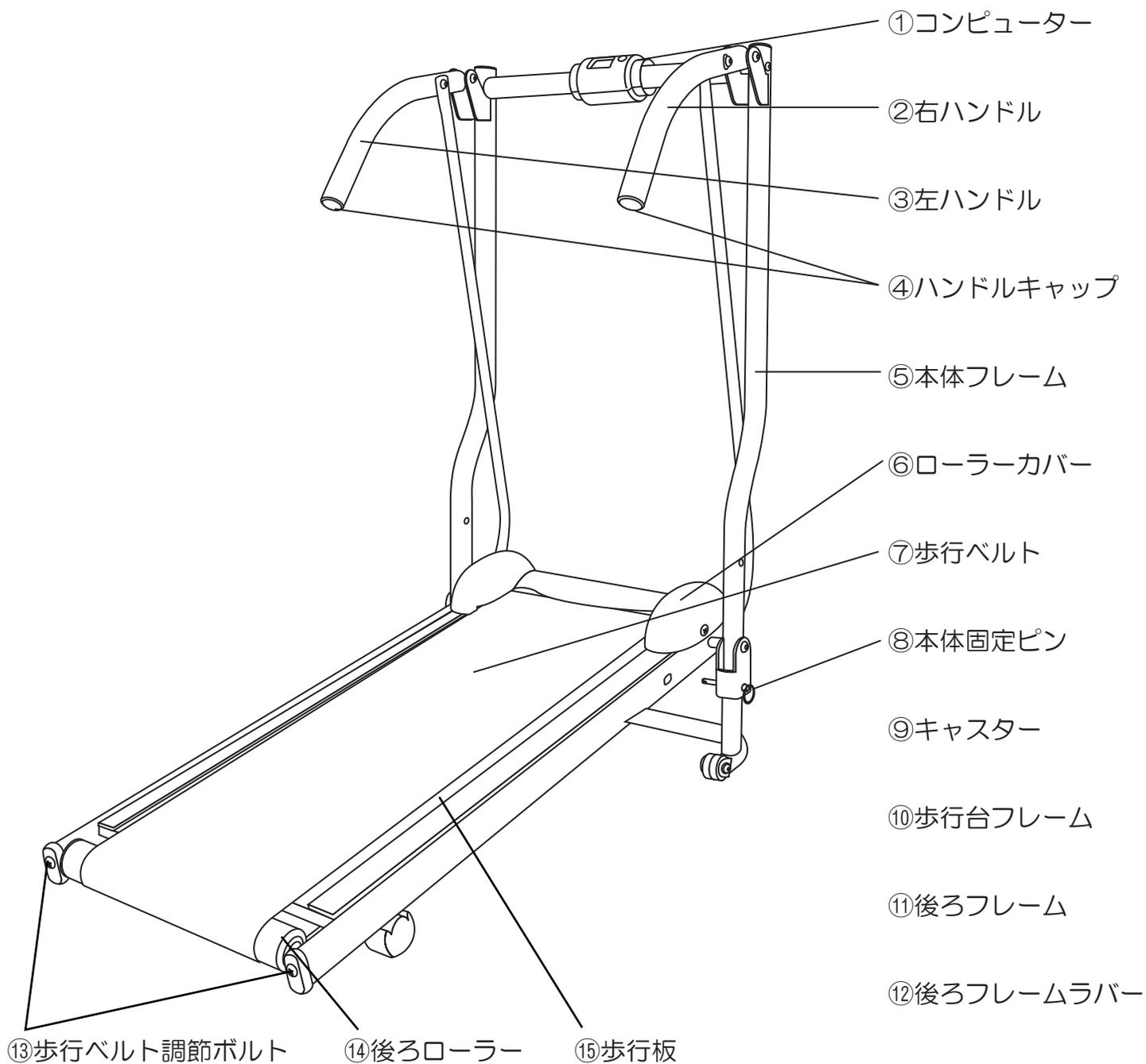


消耗品のご案内

下記部品は保証期間内においても有償となっております。ご希望の際は販売店にお問い合わせ下さい。

・歩行ベルト ・ハンドルスポンジ ・電池 ・キャスター 等

各部の名称



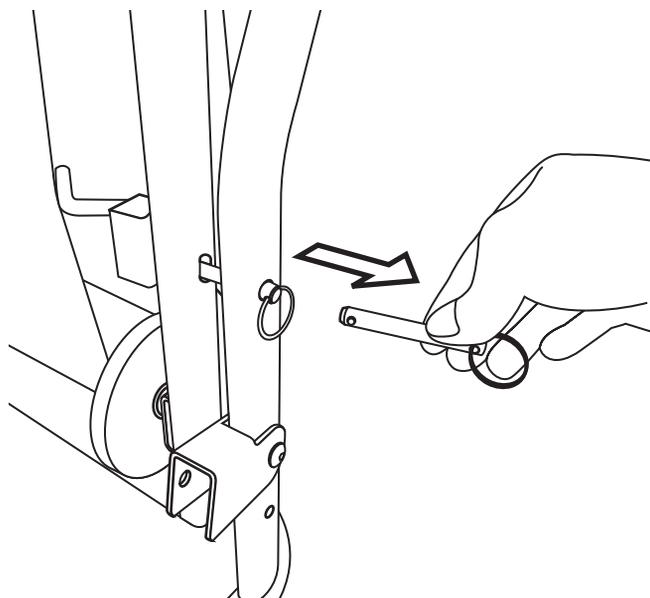
商品サイズ	約幅50×奥行86×高さ96 (cm) (50×17×96)
重量	16kg
材質	スチールパイプ・ウレタン・ABS樹脂ほか
耐荷重	90kg
原産国	台湾

組立方法

組立の際のご注意

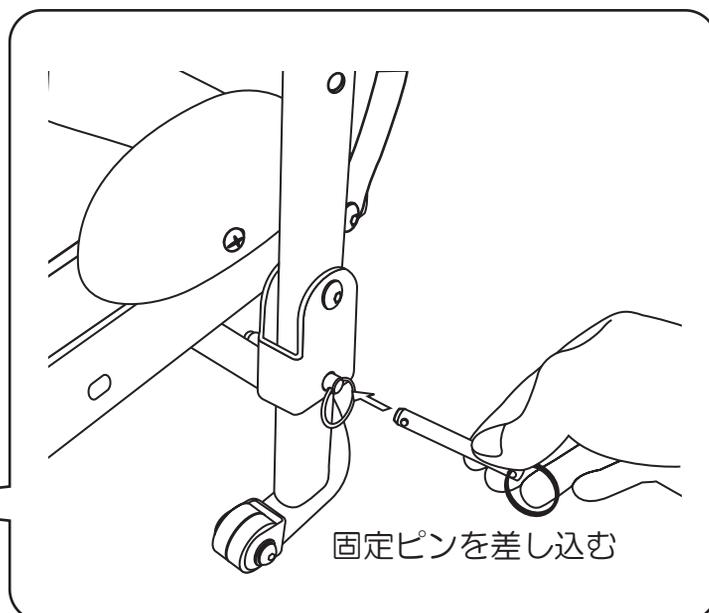
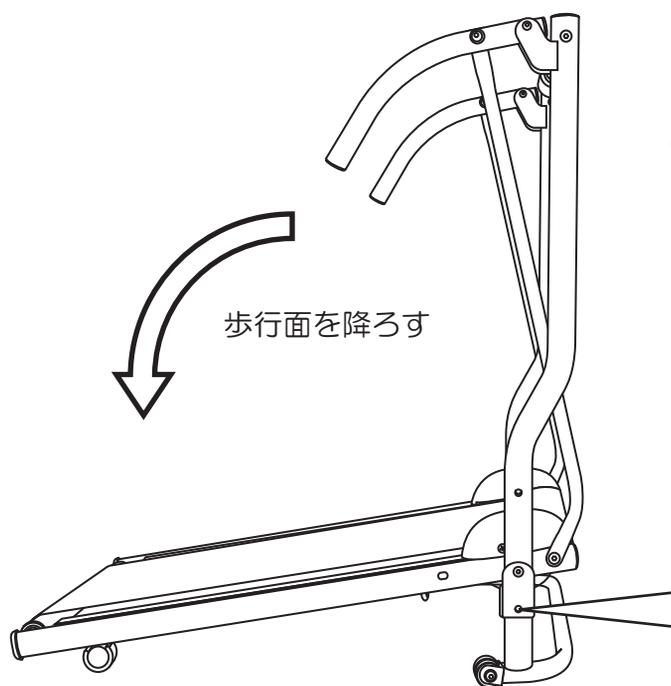
組立を行う際は、完成品の大きさを考慮した十分なスペースを確保し、指などを傷つけないように手袋などで手を保護して組立を行ってください。
まず、商品を梱包箱から取り出し、梱包内容で部品を確認し説明書通りに組立を行ってください。

1. 本体を梱包箱から取り出し、梱包材を全て取り除きます。本体を立て、本体に手を添えて左右の本体固定ピンを外します。



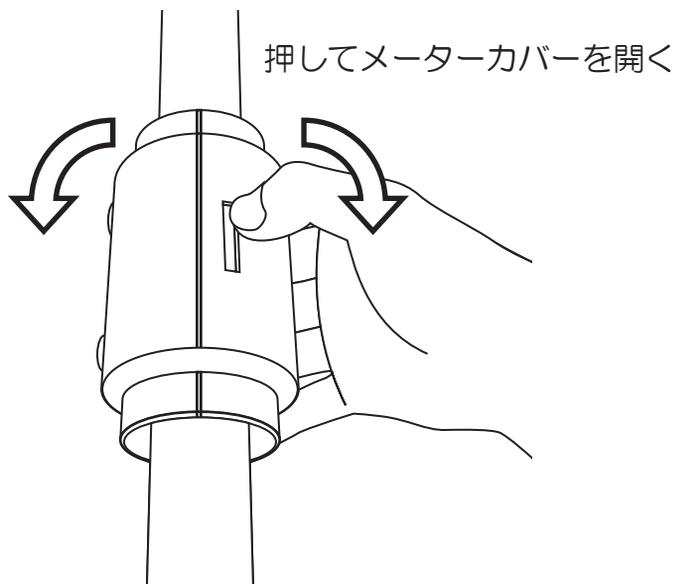
《注意》 本体固定ピンを外すときは必ず、本体・歩行台に手を添えて外してください。

2. 本体フレームに手を添えて、歩行台フレームを図のようにおろし、本体固定ピンを図のよう左右に差し込みます。



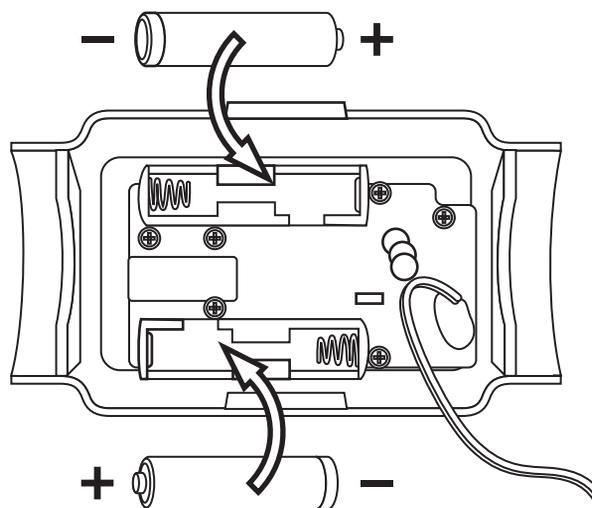
- (注) 最後までしっかりと差し込んでください。
(注) 必ず左右両方差し込んで使用してください。

3. コンピューターの「ツメ」を押して
前面（液晶部分）と後面（カバー）を
開いてください。



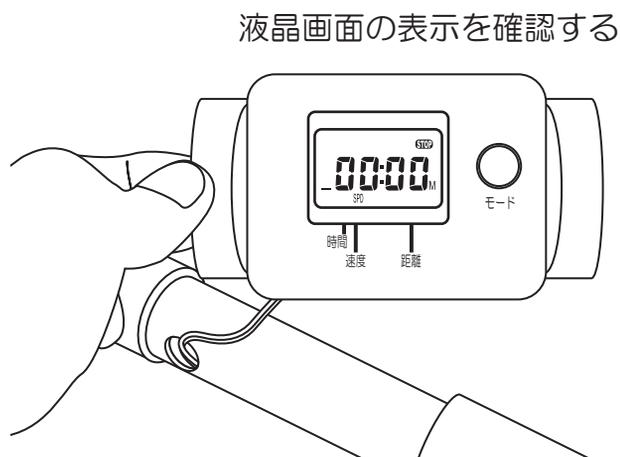
(注) 空けにくい場合は、ボールペンの先等で
軽く押してください。

4. 前面（液晶部分）内側の電池ケースに
付属の単四電池2ヶを「+（プラス）」
「-（マイナス）」に注意してセットし
ます。

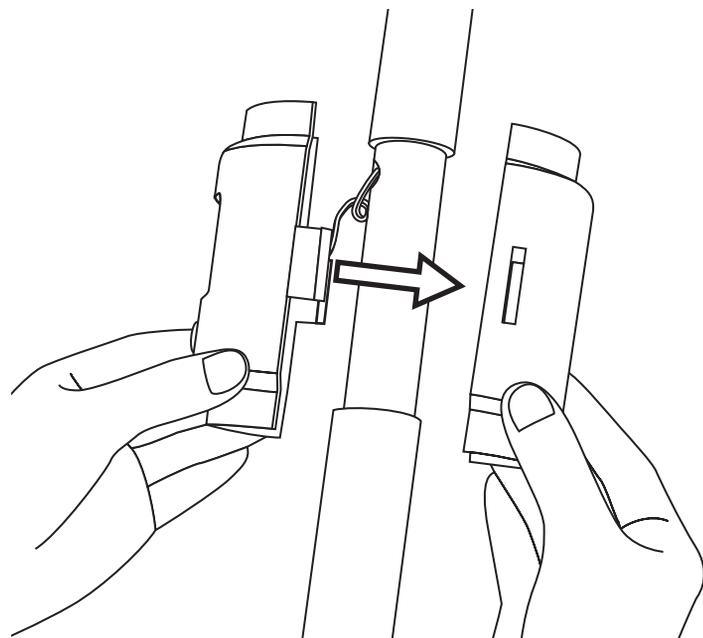


(注) 電池を挿入する。+、-を確認する。
(注) バネの有る方が「-マイナス」です。

5. 液晶画面に表示を確認して、前面（液晶部分）と後面（カバー）を図のように合わせて
はめ込み、固定します。



(注) 表示が出ていない、表示がおかしい場合は
電池を再度入れ直してください。

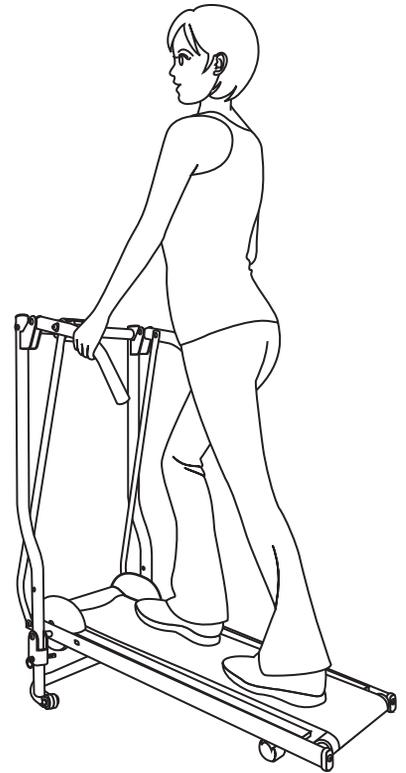


(注) 内側のコード等を挟み込まないように
ご注意ください。

これで組立は完了です。
最後に本体固定ピンが左右しっかりと奥まで差し込まれているか、
コンピューターがしっかりとはめ込まれているか確認してください。

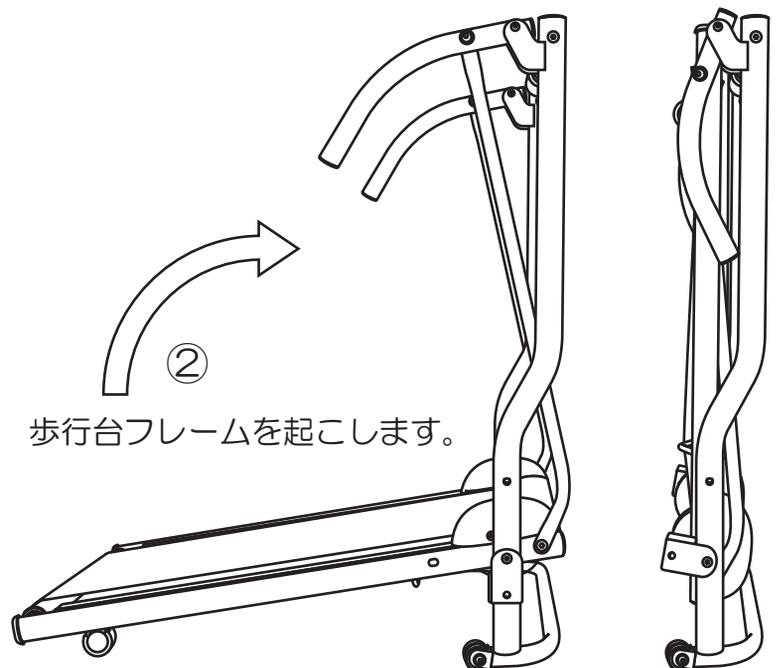
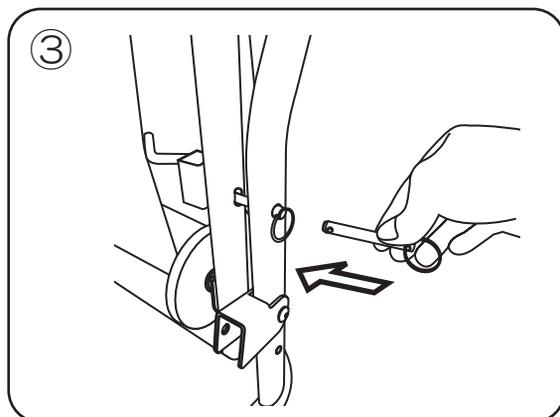
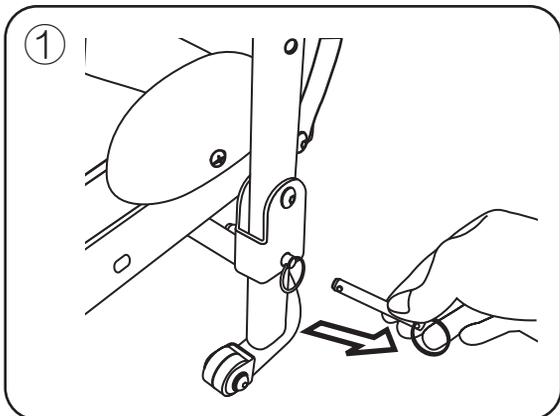
運動時のご注意

- 本商品は「自走式」のウォーカーです。運動される方ご自身が歩いて頂くことにより歩行ベルトが回転するタイプのウォーカーです。
- 歩行運動及びジョギング運動はコンピューター側に向かって行ってください。後ろ向きでのご使用は大変危険ですのでおやめ下さい。
- 「歩行ベルト」に乗る時、又は降りる時には必ず両手で「ハンドル」をしっかりと握ってください。
- 「歩行ベルト」に乗る時、又降りる時は必ず片足ずつ乗ってください。同時に両足で乗ったり降りたりすると大変危険ですのでおやめ下さい。
- 運動中にメーターの目標設定などをしないでください。操作する場合は運動を停止した上で行ってください。



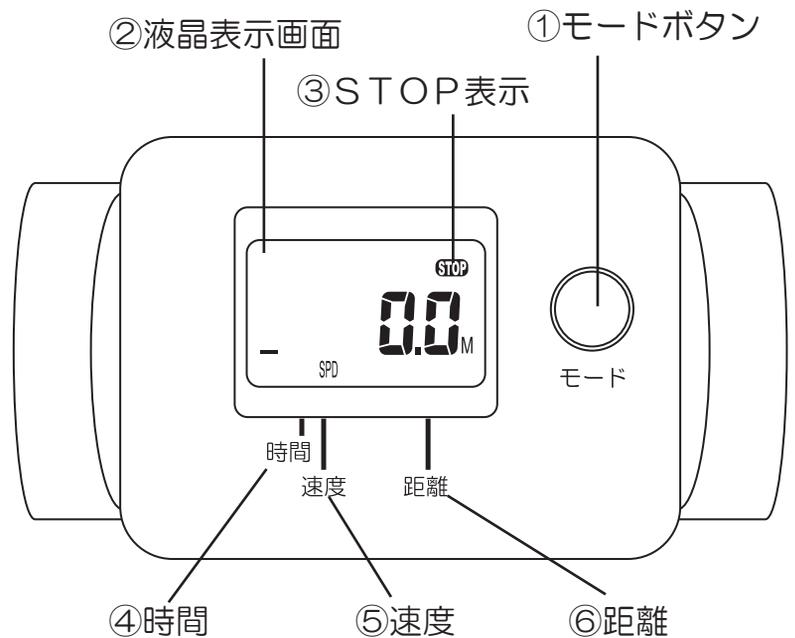
折りたたみ方法

- ①左右の本体固定ピン抜きます。
- ②歩行台フレームを図のように起こします。
- ③本体固定ピンで図のように固定します。（注）必ず左右の固定ピンを使用してください。



コンピューター使用説明

1. モードボタンを押してコンピューターの表示を点灯させます。
また、運動を開始すると自動的に表示が点灯します。
2. モードボタンを押すごとに、表示が下記のように切り替わります。
3. 運動の各表示をリセットしたい場合はモードボタンを5秒以上押し続けてください。



各機能と表示

- ①モードボタン：押すごとに時間→速度→距離の選択ができます。
また、5秒以上押し続けると現在の数値がリセットされます。

時間(TMR)→速度(SPD)→距離(DST)

- ②液晶表示：各項目を表示します
- ③STOP表示：運動をしていない停止状態の時、点灯します。
- ④時間：運動時間を0：00～99：59（分：秒）まで表示します。
- ⑤速度：運動速度を0.00～99.9（km/h）まで表示します。
- ⑥距離：運動の距離を0.1～99.99（km）まで表示します。

※液晶メーターに表示される速度、距離の数値はおおよその数値ですので運動の参考にお考えください。

ご注意

付属の電池は工場出荷時のモニター電池で通常より寿命が短くなっている場合がございます。液晶表示が薄くなってきたり消えた場合は新しい電池と交換してください。また、長時間ご使用されない場合は電池を外して保管してください。

トレーニングアドバイス

運動の前後に軽いストレッチを取り入れましょう。ストレッチはケガの防止や運動後に疲労を残さない効果があると言われています。

各ストレッチを15秒から20秒。息を吐きながら反動をあまりつけずにゆっくりと行うようにしましょう。

<p>ぜんくつ（太股うらのストレッチ） 床に座り足をのばして体をゆっくりと前に倒します。</p> 	<p>体側のばし（体側のストレッチ） ・頭の後ろで腕を組み、片方の肘を反対の手で引きます。脇の裏をしっかりとのばす感じで行います。左右行います。</p> 	<p>股わり（股関節のストレッチ） 足の裏を合わせあぐらに座り股関節を伸ばします。</p> 
<p>首のぜんくつ（首のストレッチ） ・頭に手を添えて、左右と前にゆっくりと倒します。</p> 	<p>腰をねじる（腰のストレッチ） ・床に座り片足を伸ばし、反対の足をかけて体をかけた足の方へひねります。左右行います。</p> 	<p>ふくらはぎをのばす（ふくらはぎのストレッチ） ・立った状態で足を前後に開き、後ろ足のかかとを浮かさないように体を前に移動させふくらはぎを伸ばします。左右行います。</p> 

運動の量

運動の量としては、1回10分程度の運動を1日2回くらいが望ましいとされています。また頻度は原則的に毎日行うことが望ましいとされていますが、1週間に4日程度で構いません。

運動は無理のないように長く継続させていくことが大切です。

また、運動の負荷は無理のないペースで個人によって強度は異なりますが「楽だな」「ちょっと楽だ」という感覚程度の運動が効率のよい運動の目安と考えましょう。

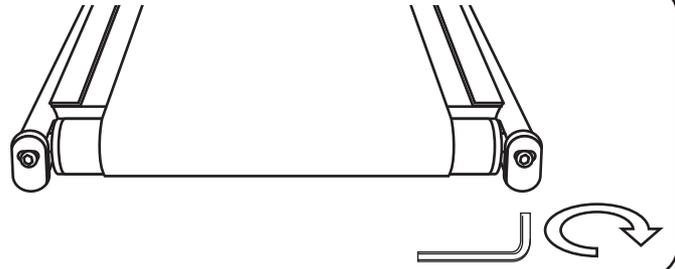
ひざや足の筋肉を痛めずに、毎日運動を継続していただくため本機では無理をしない運動をおすすめします。

ベルト片寄り調節方法

本商品は工場出荷時に歩行ベルトの調節済みですが運送途中、使用時に片寄りが生じる場合がございます。またご使用になられる方の利き足によっても片寄りが生じる場合がございますので、下記の要領で調節してください。

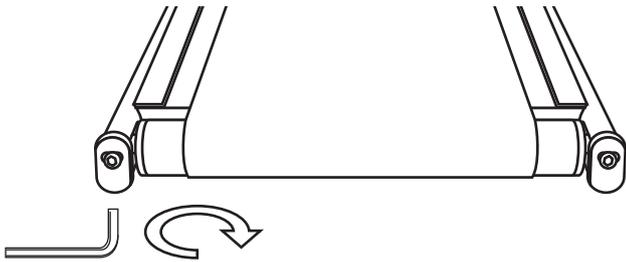
ベルトが右に片寄る場合

右側のベルト調節ネジを時計回りに数回転回します。1分程度歩行してベルトの調節具合を確認します。戻らない場合はさらに数回転回して調節します。



ベルトが左に片寄る場合

左側のベルト調節ネジを時計回りに数回転回します。1分程度歩行してベルトの調節具合を確認します。戻らない場合はさらに数回転回して調節します。



ベルト調節の際のご注意

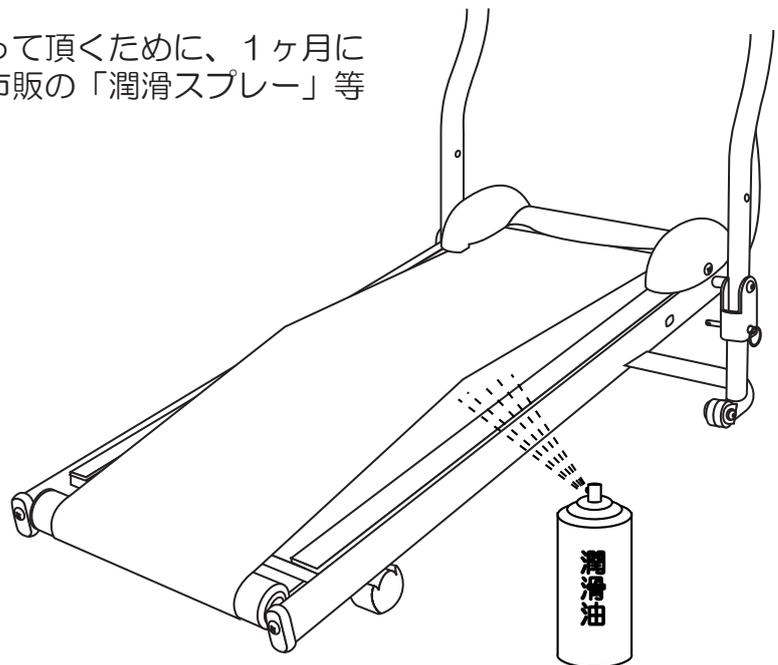
- ※ベルトの調節は2人で行っていただくと便利です。
- ※調節は一度に調節ボルトを回しすぎず徐々に回してください。
- ※調節で歩行ベルトを張りすぎた場合には、左右同じだけ反時計回りに調節ボルトをゆるめます。ゆるめすぎると調節ボルトがはずれたり、ベルトの空回りになりますのでご注意ください。

歩行ベルト、歩行ボードのお手入れ

歩行ベルトと歩行ボードを永く使って頂くために、1ヶ月に一度歩行ベルトと歩行ボードの間に市販の「潤滑スプレー」等の潤滑剤を散布してください。

《ご注意》

潤滑油を吹き付ける際、歩行ベルトには吹き付けないようご注意ください。万一付いてしまった場合には、石鹼水等で湿らせた布等で拭いてから、ご使用下さいますようお願いいたします。



故障かな?と思ったら

症状	確認事項
・ 本体を開くことができない。	・ 本体固定ピンを左右とも抜いてください。
・ 本体を固定出来ない。	・ 本体を少しだけ前後に動かして、本体固定ピンが差し込める位置で差し込んでください。
・ 液晶画面の表示がでない。	・ 電池の「+プラス」「-マイナス」を再度ご確認ください。
・ 液晶画面の表示がおかしい。	・ 電池を一度外してから、再度セットしてください。
・ ベルトが動かない	・ 本商品は「自走式」のウォーカーです。運動される方ご自身が歩いて頂くことにより歩行ベルトが回転します。
・ 歩行ベルトが片寄る。	・ 11ページの歩行ベルト調節方法で調節してください。
・ 折りたたみができない。	・ 本体固定ピンを左右とも抜いてください。 ・ 本体固定ピンを折りたたみ位置の差込位置に差し込みます。

お客様がお問い合わせのさいにうかがいますので、下記にお買い求め日、お買い求め先をご記入下さい

商品名：コンパクトフラットウォーカー
品番：CFW-7000

お買い求め日： 年 月 日

お買い求め先：

お客様お問い合わせ番号：

株式会社 日章貿易

0745-43-1668

受付時間：平日午前10時～午後4時

保証書

(ご注意) お客様の購入日を確認するために購入時のレシート、購入明細、運送便控え等を同時に保管ください。確認出来ない場合は保証期間内であっても保証外になる事がございます。

品番		保証期間
CFW-7000		お買い上げ日から1年
お買い上げ日	年 月 日	
お客様	お名前	住所・氏名
	ご住所	
	電話	
販売店	電話	

本書は、本書記載内容で無料修理を行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、故障が発生した場合は本書をご呈示の上、お買い上げ販売店に修理をご依頼下さい。

無料修理規定

- 取扱説明書、本体ラベル等の注意書に従った正常な使用状態で故障した場合には、お買い上げ販売店（修理申込先）が無料修理致します
- 保証期間中に故障して無料修理を受ける場合は、商品と本書をご持参ご提示の上お買い上げの販売店（修理申込先）に依頼してください。
- ご転居の場合は事前にお買い上げ販売店にご相談下さい。
- ご贈答品等で本保証書に記入してあるお買い上げ販売店に修理がご依頼できない場合は、下記にご連絡下さい。
- 保証期間内でも次の場合には有料修理になります。
 - 使用上の誤り及び不当な修理や改造による故障及び損傷
 - お買い上げ後取付場所の移動、落下等による故障および損傷
 - 火災、地震、水害、落雷、その他天災地変、公害や以上電圧による故障及び損傷

- （二）一般家庭用以外（例えば、業務用の長時間使用、車輛、船舶への搭載）に使用された場合の故障と損傷
- （ホ）本書の提示がない場合
- （ハ）本書にお買い上げ年月日、お客様名、販売店の記入がない場合、或いは字句を書き替えられた場合
6. 本書は日本国内においてのみ有効です。
7. 本書は再発行しませんので紛失しないよう大切に保管してください。

※この保証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はありませんので、保証期間経過後の修理等についてご不明な場合はお買い上げの販売店にお問い合わせ下さい。

株式会社 日章貿易

奈良県磯城郡三宅町屏風17-73

TEL0745-43-1668