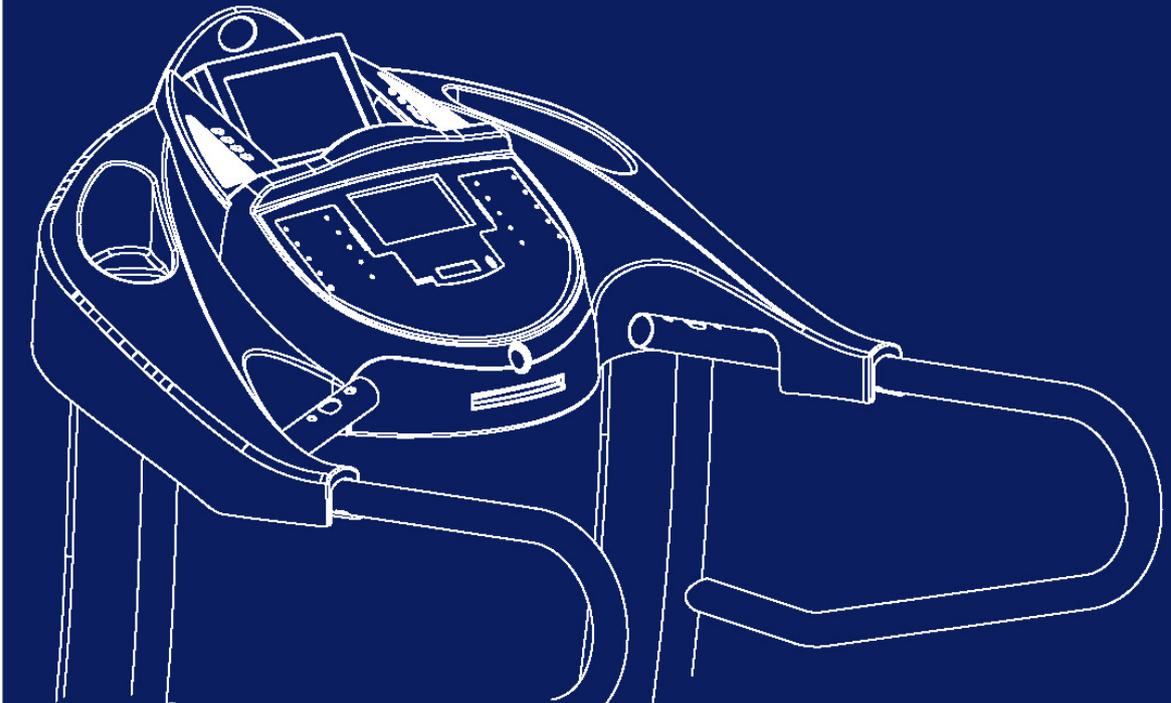




Ti エンタテインメント



トレッドミル オーナーズガイド



目次

重要安全指示項目	3
折りたたみ方法と移動方法	6
レベリング、電源投入、安全キー	7
トレッドミルについて	8
トレッドミルの操作	9
はじめましょう.....	10
ディスプレイ	11
プログラムプロファイル	12
HRC プログラムの使い方	15
カラーモニターの操作方法	16
DVD プレイヤーの使い方.....	23
トレッドミルのトラブルシューティング	37
心拍数測定に関するトラブルシューティング	37
製品に関する共通の質問.....	39
メンテナンス	39
メンテナンス手順.....	40
保証書	41

注意

Ti エンタテインメントトレッドミルのご使用の前に、本ガイドに記載されたすべての注意事項と指示をお読みください。

重要安全指示項目

説明書を適切に保管

本機のご使用前に付属の説明書をすべてお読みください。一般的な電気製品をご使用いただくときは、下記注意事項も含めて基本的な注意事項を常に遵守しなければなりません。

警告:

エクササイズ製品を適切に接地されたコンセントに限り接続してください。詳しくは「接地方法」を参照してください。

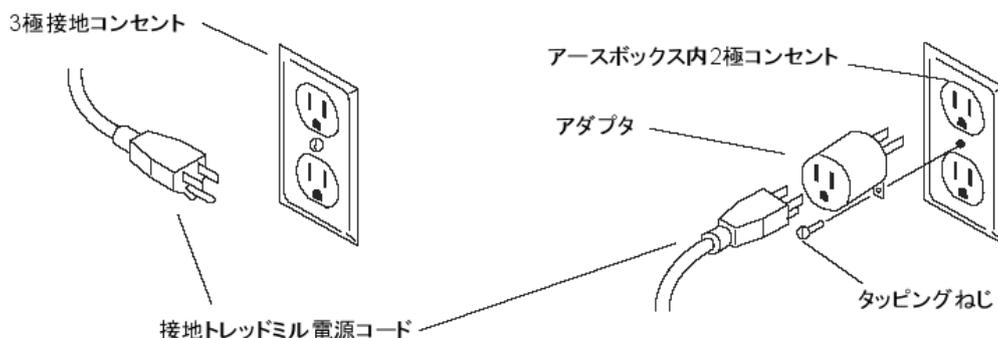
接地方法:

本機は適切な接地を行わなければなりません。トレッドミルが誤動作したり故障した場合には、接地によって、電流に対して低い抵抗経路を与えることにより、感電の危険を最小限に抑えることができます。本機には機器接地導線と接地用プラグが設けられています。このプラグをご使用地の法規法令に準じて正しく設置および接地接続されたコンセントに差し込んでください。

危険:

機器接地導線の接続が正しくないと、感電する危険があります。製品が正しく接地されているかどうか不明の場合は、有資格電気技術者かサービス担当者に連絡して確認してください。製品付属のプラグを変更しないでください。プラグがコンセントに合わない場合は、適切なコンセントを有資格電気技術者に頼んで設置してください。

本機は、公称 220-240 ボルト回路で使用するように設計されており、下図のような形の接地プラグを有しています。このプラグは、正しく接地されたコンセントが利用できない場合には、下図の仮のアダプタを使って二極コンセントに接続することができます。正しく接地されたコンセントが有資格電気技術者によって設置できるまでは、このような仮アダプタを使う必要があります。アダプタから伸びている緑色の耳、つまみ、または類似の突起物を正しく接地されたコンセントボックスカバーなどの恒久アース板に接続してください。アダプタを使う際には、タッピングねじで所定位置に取り付けます。



警告: やけど、火災、感電または怪我の危険を低減するためには、下記の注意事項を守ってください。

- 本機のご使用にあたっては、必ず安全ロープのクリップを着衣に取り付けてください。
- 本機使用中に胸痛、むかつき、めまいまたは息切れの症状が生じた場合は、直ちに使用を中止して医師に相談してください。
- 本機使用中に絡まりやすいゆったりとした衣服を着用しないでください。
- 電源ケーブルが加熱した装置表面に触れないようにしてください。
- 本機に子供を近づけないよう注意を怠らないでください。
- 本機は戸外では使用しないでください。
- 本機を移動するときには、あらかじめ電源コードを引き抜いてください。
- 本機のモーターカバーまたはローラーカバーを外さないでください。本機のサービスはホライゾン・フィットネスの認定サービス技術員に限られます。
- 本機は専用の 20 アンペア回路に接続する必要があります。
- 本機に乗って同時にエクササイズできるのは一人に限られます。

子供

- 本機には子供を近づけないように常時注意してください。
- 本機の動作中は、小さな子供やペットを本機から少なくとも 10 フィート(約 3 メートル)以上離してください。

クリーニング

- 本機は、石鹼と多少湿らせた布だけを使ってクリーニングし、溶剤は使わないでください。

本機の安全な使用のコツ

注意:

本機使用中に胸痛、むかつき、めまいまたは息切れの症状が生じた場合は、運動を続ける前に直ちに使用を中止して医師に相談してください。

- 本機に絡まりやすいゆったりした衣服を着用しないでください。
- 本機を使用する前に、必ずこのオーナーズガイドをお読みください。

操作:

本機の電気系統に重大な損傷が発生する危険を低減するため、本機は専用の 20 アンペアコンセントに接続し、余分の延長コードを使わないことを強くお勧めします。

本機を屋内の温度と湿度が調節された場所だけで使用することが大切です。本機を非常に低い温度や多湿な環境に露出したままにする場合には、使用開始前に本機が室温まで温まるまでウォームアップすることを強くお勧めします。そうでないと、初期電子故障につながる可能性があります。

謝辞:

ホライゾン・フィットネスのトレッドミルをお選びいただきありがとうございます。皆さんは、ご自身に合わせたエクササイズプログラムを作成し、そのプログラムを持続させるための重要な第一歩を踏み出しました！ホライゾン・フィットネスのトレッドミルは、皆さんのフィットネスの目標を達成する上で非常に効果的な道具です。本機を定期的に利用することで、生活の質を様々な形で改善することができます。

以下は、有酸素運動エクササイズが健康にもたらす恩恵のほんの一例です。

- 減量効果
- より健康な心臓
- 筋緊張の増強
- 日常の活動能力の向上
- ストレスの軽減
- 心配事や憂鬱の解消
- 自己イメージの向上

これらの恩恵を受ける秘訣は、エクササイズを習慣づけることです。新たにご購入いただいたホライゾン・フィットネスのトレッドミルは、皆様がエクササイズを行おうとしたときにあり得るさまざまな障害を解消してくれます。ご自宅で本機を操作できれば、雪や雨、あるいは暗さなどがトレーニングの妨げになることはありません。このオーナーズガイドには、新しいマシンでエクササイズを開始する際に必要な事柄が記載されています。ご自身のマシンについてより完全な知識を身に付ければ、より容易に健全なライフスタイルの目標を達成することが可能になります。

注意:

エクササイズプログラムを始める前に、必ずかかり付けの医師に相談してください。エクササイズ中に胸痛、むかつき、めまいまたは息切れの症状が生じた場合は、運動を続ける前に直ちに使用を中止して医師に相談してください。

重要: 本機のご使用前に必ずお読みください。

組立て

注意:

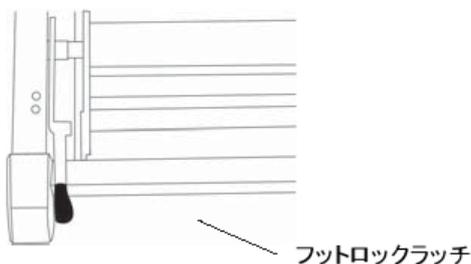
ホライゾン・フィットネスのトレッドミルの組立て工程中に特に注意すべき点がいくつかあります。組立て手順を正しく遵守し、すべての部品がしっかり固定されていることを確認してください。組立て手順を正しく守らないと、本機のフレーム部品の締め付けが不良で部品の緩みが生じて異常音が発生することがあります。コンソールマストに左右の遊びが生じたり、コンソールアセンブリまたはハンドルバーに前後方向の遊びが生じてはなりません。これらの部分に遊びが生じるのは、本機が正しく組み立てられていないからです。本機の損傷を防止するには、組立て手順を確認して、間違った手順があればやり直す必要があります。

折畳み方法

トレッドミルの後端をしっかり保持します。フットロックラッチが懸かってデッキが所定位置にしっかり収まるまで、トレッドミルのデッキの端を直立位置までゆっくり持ち上げます。ラッチが緩む前にデッキに完全にラッチが懸かっていることを確認します。トレッドミルを開く際は、その後端をしっかり掴んでください。ロックラッチが外れるまで足でフットロックラッチをゆっくり下に押し下ろします。そこでデッキを地面までゆっくり下ろします。

注: フットロックラッチが右側に設けられているモデルがあります。

注: ホライゾン・フィットネスのトレッドミルを折り畳む際にコンソールアセンブリが使用者の反対側に傾くことがあります。直立位置までいっばいに畳むと元に戻ります。本機を畳む際は壁からさらに2フィート(約60センチメートル)余分に離してください。



(図面仕様は予告なく変更することがあります。)

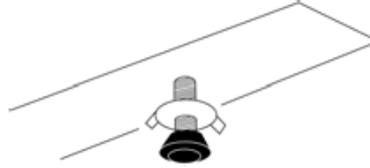
移動方法

ホライゾン・フィットネスのトレッドミルには、一組のトランスポートホイールがベースフレームに組み込まれています。移動する際は、本機が畳まれてしっかりラッチが懸かっていることを確認してください。次にハンドルバーをしっかり握り、本機を後方に傾けて転がします。**注:** 機はかなり重いので、移動する際は必要なら人数を補充してください。本機が直立状態にあり、折り畳み位置でロックラッチがかかっていない限り、本機を移動したり搬出しないでください。そうでないと、怪我をする恐れがあります。



レベリング

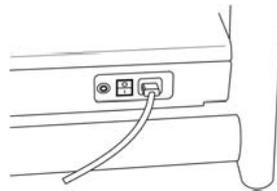
トレッドミルを最適の状態では水平状態におく必要があります。トレッドミルを好みの使用位置に置いてから、ベースフレームに設けた調節用レベラーを上げ下げしてください。トレッドミルの水平位置を確保したら、フレームをナットを締め付けてレベラーを所定位置でロックします。トレッドミルの水平状態を確かめるには、カーペンターズレベルが便利です。



(図面仕様は予告なく変更することがあります。)

電源投入

本機が電源コンセントに正しく接続されていることを確認します。電源 ON/OFF スイッチは電源コードの隣に設けられています。このスイッチを ON 位置に切り替えて、スイッチの表示ランプを点灯させます。ビープ音が聞こえて、コンソール表示が点灯します。



(図面仕様は予告なく変更することがあります。)

安全キー

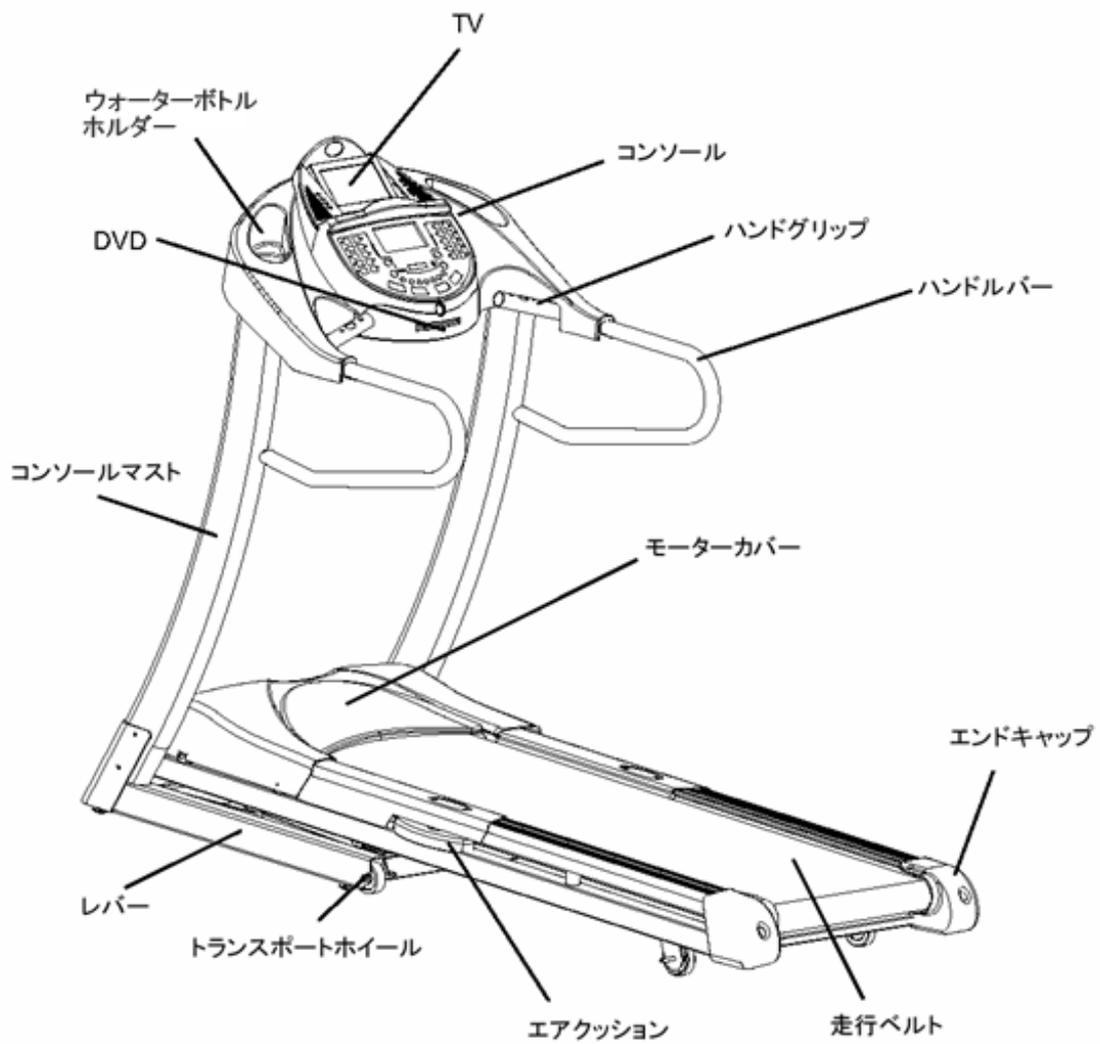
本機は、安全キーが安全キーホルダーに装着されていない限り起動しません。着衣に安全キーのクリップの端をしっかりと取り付けてください。安全キーは、手違いがあった場合に本機への電源を遮断するようになっています。安全キークリップを着衣に確実に固定しない限り、絶対に本機を使用しないでください。安全キークリップをまず身につけて、着衣から外れていないことを確認してください。



使用前にベルトの上に乗らないでください。

本機を使う準備の際に、ベルトの上には乗らないでください。本機を起動する前に、サイドレールの上に足を乗せます。ベルト上で歩き始めるのは、ベルトが走行し始める前に限ります。早い走行速度のときに本機を起動してそれに飛び乗ったりしないでください。

トレッドミルについて



トレッドミルの操作



注: コンソールの表面には、薄い透明のプラスチック製保護シートが付いているので取り除いてください。

- A) 傾斜 LED インジケータ: 現在の傾斜率を示します。
- B) クイック傾斜調整キー: 希望の傾斜角度にすばやく設定するときを使用します。傾斜角度を選んで確定キーを押してください。
- C) 傾斜矢印キー: 傾斜角度を小刻みに調整するために使われます。
- D) LED 表示ウィンドウ: 時間、傾斜、パルス、距離、速度、カロリー、プロフィールを表示します。
- E) LED スモールウィンドウ: 再生インジケータ、休止インジケータ、ディスクタイプ・インジケータ、時間インジケータを表示します。
- F) 速度矢印キー: 速度を小刻みに調整するときを使用します。
- G) 速度 LED インジケータ: 現在の速度を表示します。
- H) クイック速度調整キー: 任意の速度をすばやく設定したいときに使用します。速度を選んで確定キーを押してください。
- I) 表示: ワークアウト中に表示フィードバックを変更するために使われます。
- J) スタート: このキーを押すだけでエクササイズを開始、プログラムを起動、または休止後にエクササイズを再開します。
- K) DVD コントロールキー: ◀前、▶次、■停止、▶再生/休止、◀早戻し、▶早送り、▲開く/閉じるの各キーがあります。
- L) ストップ: このキーを押してワークアウトを休止または終了します。キーを 3 秒間押し続けるとトレッドミルがリセットされます。
- M) エンター: プログラム、レベル、時間およびその他のオプションの選択に使用します。

はじめましょう

クイックスタート

START ボタンを押すだけでエクササイズを開始することができます。

休止

ストップボタンを押してワークアウトを停止します。

リセット

ストップボタンを押し続けると、本機がリセットされます。

速度の変更

プログラムに入ると、速度矢印キー を使って走行速度を変更することができます。また、任意のクイック速度キーを押して、特定の速度によりすばやく変更することも可能です。**注:** 速度ベースのプログラムでは、クイック速度キーのどれかを押すと、プログラム内の残りのすべての速度セグメントも同様に変更されます。たとえば、P2 の場合、最初のセグメントデフォルト速度は 2.0 mph です。4 mph クイック速度キーを押すと、残りのすべてのセグメントが 2 mph ずつ速い速度に変更されます

エレベーションの変更

プログラムの実行中は、インクライン矢印キー または を押して本機のエレベーションを変更することができます。また、任意のクイックエレベーションキーを押して、特定のエレベーションにすばやく変更することも可能です。**注:** エレベーションベースのプログラムでは、クイックエレベーションキーのどれかを押すと、プログラムの残りのすべてのエレベーションセグメントも同様に変更されます。たとえば、P4 の場合、最初のセグメントのデフォルトエレベーションは 1.5% です。ここで 4% のクイックエレベーションキーを押すと、残りのすべてのセグメントのエレベーション値が 2.5% ずつ大きくなります。

プログラムの選択

および ボタンを押してプログラムを選択します。目的のプログラムを選択したら、エンターボタンを押します。特定のプログラムをすばやく使用したい場合は、そのプログラムに対応付けられた番号のクイックキーを押すことで即座に選択することができます。たとえば、プログラム番号 1 に対応する No.1 クイック速度キーを押してプログラム番号 1 を起動することができます。

レベルの選択

および ボタンを押してレベル 1 から 10 (またはレベル 1 から 8) までのプログラムの難易度レベルを選択します。プログラムレベルを選択したら、エンターキーを押します。一旦プログラムを開始した後は、または 速度/インクライン矢印キーを押すか、クイック速度/インクラインキーを押すことで、難易度レベルを変更することができます。**注:** ひとつのセグメントが変更されると、プログラム全体が同様に変更されます。たとえば、プログラム内で速度を 1 mph だけ速くすると、残りのセグメントもすべて 1 mph ずつ速くなります。

時間の選択

または 速度矢印ボタンを押して時間を選択するか、デフォルト(既定の)時間を使用します。時間を選択したら、スタートボタンを押します。

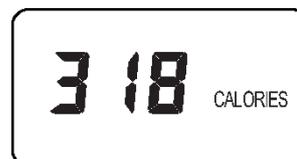
ワークアウトの完了

ワークアウトが完了すると、本機のコンソールがピープ音を発して、時間ウィンドウで end の文字が点滅します。コンソール上にワークアウトに関する情報が表示され、30 秒経過すると、画面がリセットされます。

ディスプレイ

CALORIES (カロリー)

ワークアウト中に燃焼した合計カロリー量。



DISTANCE (距離)

ワークアウト中に走行したマイル数またはキロ数。



TIME (時間)

ワークアウト中の残りまたは経過した時間を分・秒単位で示します。



HEART RATE (心拍数)

毎秒あたりのビート数を表示します。ワークアウト中の心拍数のモニタリングに使われます（両方のグリップに手が接触しているか、胸部ストラップを使用したときに表示されます。）



INCLINE (インクライン)

歩行または走行面のインクライン(傾斜)を示します。



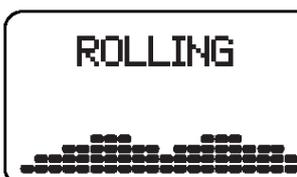
SPEED (速度)

歩行または走行面の移動速度を示します。



PROFILE (プロフィール)

エクササイズ中のプログラムの強度を示します。



プログラムプロファイル

MANUAL (手動)

あらかじめ設定された時間のないカスタマイズ・ワークアウト。

INTERVALS (インターバル)

速度変更。デフォルトの時間は 30 分。

WEIGHT LOSS (減量)

エレベーションと速度の変更。デフォルトの時間は 30 分。

GOLF COURSE (ゴルフコース)

エレベーションの変更に基づく距離。

HRC1

目標心拍数を維持できるようエレベーションを変更。デフォルトの時間は 30 分。

CUSTOM1

速度とエレベーションのレベルを設定して、使用者自身のプログラムを設計することができます。各インターバルごとに、速度とエレベーションに対するセクションごとのレベルをプログラムすることを指示されます。これにより、使用者の目標に応じたワークアウトごとに変化する個別のワークアウトの実行が可能になります。時間のデフォルト値は 30 分です。

BRITISH

INTERVALS (インターバル): 速度変更; デフォルトの時間は 30 分

	ウォームアップ		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	クールダウン	
レベル 1	1.0	1.5	2.0	4.0	2.0	4.0	2.0	4.0	2.0	4.0	2.0	4.0	2.0	4.0	2.0	4.0	2.0	4.0	1.5	1.0
レベル 2	1.0	1.5	2.0	4.5	2.0	4.5	2.0	4.5	2.0	4.5	2.0	4.5	2.0	4.5	2.0	4.5	2.0	4.5	1.5	1.0
レベル 3	1.3	1.9	2.5	5.0	2.5	5.0	2.5	5.0	2.5	5.0	2.5	5.0	2.5	5.0	2.5	5.0	2.5	5.0	1.9	1.3
レベル 4	1.3	1.9	2.5	5.5	2.5	5.5	2.5	5.5	2.5	5.5	2.5	5.5	2.5	5.5	2.5	5.5	2.5	5.5	1.9	1.3
レベル 5	1.5	2.3	3.0	6.0	3.0	6.0	3.0	6.0	3.0	6.0	3.0	6.0	3.0	6.0	3.0	6.0	3.0	6.0	2.3	1.5
レベル 6	1.5	2.3	3.0	6.5	3.0	6.5	3.0	6.5	3.0	6.5	3.0	6.5	3.0	6.5	3.0	6.5	3.0	6.5	2.3	1.5
レベル 7	1.8	2.6	3.5	7.0	3.5	7.0	3.5	7.0	3.5	7.0	3.5	7.0	3.5	7.0	3.5	7.0	3.5	7.0	2.6	1.8
レベル 8	1.8	2.6	3.5	7.5	3.5	7.5	3.5	7.5	3.5	7.5	3.5	7.5	3.5	7.5	3.5	7.5	3.5	7.5	2.6	1.8
レベル 9	2.0	3.0	4.0	8.0	4.0	8.0	4.0	8.0	4.0	8.0	4.0	8.0	4.0	8.0	4.0	8.0	4.0	8.0	3.0	2.0
レベル 10	2.0	3.0	4.0	8.5	4.0	8.5	4.0	8.5	4.0	8.5	4.0	8.5	4.0	8.5	4.0	8.5	4.0	8.5	3.0	2.0

WEIGHT LOSS (減量): エレベーションと速度の変更; デフォルトの時間は 30 分

		ウォームアップ		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	クールダウン	
レベル 1	傾斜	0.0	0.5	1.5	1.5	1.0	0.5	0.5	0.5	1.0	1.5	1.5	1.5	1.0	0.5	0.5	0.5	1.0	1.5	0.5	0.0
	速度	1.0	1.5	2.0	2.5	3.0	3.5	4.0	3.5	3.0	2.5	2.0	2.5	3.0	3.5	4.0	3.5	3.0	2.5	2.3	1.5
レベル 2	傾斜	0.0	0.5	1.5	1.5	1.0	0.5	0.5	0.5	1.0	1.5	1.5	1.5	1.0	0.5	0.5	0.5	1.0	1.5	0.5	0.0
	速度	1.3	1.9	2.5	3.0	3.5	4.0	4.5	4.0	3.5	3.0	2.5	3.0	3.5	4.0	4.5	4.0	3.5	3.0	2.6	1.8
レベル 3	傾斜	0.5	1.0	2.0	2.0	1.5	1.0	1.0	1.0	1.5	2.0	2.0	2.0	1.5	1.0	1.0	1.0	1.5	2.0	1.0	0.5
	速度	1.5	2.3	3.0	3.5	4.0	4.5	5.0	4.5	4.0	3.5	3.0	3.5	4.0	4.5	5.0	4.5	4.0	3.5	3.0	2.0
レベル 4	傾斜	0.5	1.0	2.0	2.0	1.5	1.0	1.0	1.0	1.5	2.0	2.0	2.0	1.5	1.0	1.0	1.0	1.5	2.0	1.0	0.5
	速度	1.8	2.6	3.5	4.0	4.5	5.0	5.5	5.0	4.5	4.0	3.5	4.0	4.5	5.0	5.5	5.0	4.5	4.0	3.4	2.3
レベル 5	傾斜	1.0	1.5	2.5	2.5	2.0	1.5	1.5	1.5	2.0	2.5	2.5	2.5	2.0	1.5	1.5	1.5	2.0	2.5	1.0	1.5
	速度	2.0	3.0	4.0	4.5	5.0	5.5	6.0	5.5	5.0	4.5	4.0	4.5	5.0	5.5	6.0	5.5	5.0	4.5	3.8	2.5
レベル 6	傾斜	1.0	1.5	2.5	2.5	2.0	1.5	1.5	1.5	2.0	2.5	2.5	2.5	2.0	1.5	1.5	1.5	2.0	2.5	1.0	1.5
	速度	2.3	3.4	4.5	5.0	5.5	6.0	6.5	6.0	5.5	5.0	4.5	5.0	5.5	6.0	6.5	6.0	5.5	5.0	4.1	2.8
レベル 7	傾斜	1.5	2.0	3.0	3.0	2.5	2.0	2.0	2.0	2.5	3.0	3.0	3.0	2.5	2.0	2.0	2.0	2.5	3.0	2.0	1.5
	速度	2.5	3.8	5.0	5.5	6.0	6.5	7.0	6.5	6.0	5.5	5.0	5.5	6.0	6.5	7.0	6.5	6.0	5.5	4.5	3.0
レベル 8	傾斜	1.5	2.0	3.0	3.0	2.5	2.0	2.0	2.0	2.5	3.0	3.0	3.0	2.5	2.0	2.0	2.0	2.5	3.0	2.0	1.5
	速度	2.8	4.1	5.5	6.0	6.5	7.0	7.5	7.0	6.5	6.0	5.5	6.0	6.5	7.0	7.5	7.0	6.5	6.0	4.9	3.3
レベル 9	傾斜	2.0	2.5	3.5	3.5	3.0	2.5	2.5	2.5	3.0	3.5	3.5	3.5	3.0	2.5	2.5	2.5	3.0	3.5	2.5	2.0
	速度	3.0	4.5	6.0	6.5	7.0	7.5	8.0	7.5	7.0	6.5	6.0	6.5	7.0	7.5	8.0	7.5	7.0	6.5	5.3	3.5
レベル 10	傾斜	2.0	2.5	3.5	3.5	3.0	2.5	2.5	2.5	3.0	3.5	3.5	3.5	3.0	2.5	2.5	2.5	3.0	3.5	2.5	2.0
	速度	3.3	4.9	6.5	7.0	7.5	8.0	8.5	8.0	7.5	7.0	6.5	7.0	7.5	8.0	8.5	8.0	7.5	7.0	5.6	3.8

GOLF COURSE (ゴルフコース): 距離 (ヤード) ベースのエレベーション変更

		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	総距離
レベル 1	傾斜	0.0	1.0	2.0	3.0	2.5	1.0	2.0	2.5	1.5										
	距離	309	359	283	256	113	387	91	351	333										
レベル 2	傾斜	0.0	1.0	2.0	3.0	2.5	1.0	2.0	2.5	1.5										
	距離	331	417	330	295	129	466	97	369	431										
レベル 3	傾斜	0.0	1.0	2.0	3.0	2.5	1.0	2.0	2.5	1.5										
	距離	345	460	337	308	142	484	97	389	441										
レベル 4	傾斜	0.0	1.0	2.0	3.0	2.5	1.0	2.0	2.5	1.5										
	距離	376	502	374	327	187	500	106	416	462										
レベル 5	傾斜	0.0	1.0	2.0	3.0	2.5	1.0	2.0	2.5	1.5	3.5	2.5	2.0	4.0	2.5	3.0	2.0	5.0	2.0	
	距離	309	359	283	256	113	387	91	351	333	301	301	165	288	434	312	310	150	455	
レベル 6	傾斜	0.0	1.0	2.0	3.0	2.5	1.0	2.0	2.5	1.5	3.5	2.5	2.0	4.0	2.5	3.0	2.0	5.0	2.0	
	距離	331	427	330	295	129	466	97	369	431	407	339	179	368	548	349	376	166	509	
レベル 7	傾斜	0.0	1.0	2.0	3.0	2.5	1.0	2.0	2.5	1.5	3.5	2.5	2.0	4.0	2.5	3.0	2.0	5.0	2.0	
	距離	345	460	337	308	142	484	97	389	441	413	349	187	376	560	373	383	172	532	
レベル 8	傾斜	0.0	1.0	2.0	3.0	2.5	1.0	2.0	2.5	1.5	3.5	2.5	2.0	4.0	2.5	3.0	2.0	5.0	2.0	
	距離	376	502	374	327	187	500	106	416	462	430	373	201	393	572	396	401	178	543	

METRIC

INTERVALS (インターバル): 速度変更 ; デフォルトの時間は 30 分

	ウォームアップ	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	クールダウン		
レベル 1	1.6	2.4	3.2	6.4	3.2	6.4	3.2	6.4	3.2	6.4	3.2	6.4	3.2	6.4	3.2	6.4	3.2	6.4	2.4	1.6
レベル 2	1.6	2.4	3.2	7.2	3.2	7.2	3.2	7.2	3.2	7.2	3.2	7.2	3.2	7.2	3.2	7.2	3.2	7.2	2.4	1.6
レベル 3	2.1	3.0	4.0	8.0	4.0	8.0	4.0	8.0	4.0	8.0	4.0	8.0	4.0	8.0	4.0	8.0	4.0	8.0	3.0	2.1
レベル 4	2.1	3.0	4.0	8.8	4.0	8.8	4.0	8.8	4.0	8.8	4.0	8.8	4.0	8.8	4.0	8.8	4.0	8.8	3.0	2.1
レベル 5	2.4	3.7	4.8	9.6	4.8	9.6	4.8	9.6	4.8	9.6	4.8	9.6	4.8	9.6	4.8	9.6	4.8	9.6	3.7	2.4
レベル 6	2.4	3.7	4.8	10.4	4.8	10.4	4.8	10.4	4.8	10.4	4.8	10.4	4.8	10.4	4.8	10.4	4.8	10.4	3.7	2.4
レベル 7	2.9	4.2	5.6	11.2	5.6	11.2	5.6	11.2	5.6	11.2	5.6	11.2	5.6	11.2	5.6	11.2	5.6	11.2	4.2	2.9
レベル 8	2.9	4.2	5.6	12.0	5.6	12.0	5.6	12.0	5.6	12.0	5.6	12.0	5.6	12.0	5.6	12.0	5.6	12.0	4.2	2.9
レベル 9	3.2	4.8	6.4	12.8	6.4	12.8	6.4	12.8	6.4	12.8	6.4	12.8	6.4	12.8	6.4	12.8	6.4	12.8	4.8	3.2
レベル 10	3.2	4.8	6.4	13.6	6.4	13.6	6.4	13.6	6.4	13.6	6.4	13.6	6.4	13.6	6.4	13.6	6.4	13.6	4.8	3.2

WEIGHT LOSS (減量): エレベーションの偏向 ; デフォルトの時間は 30 分

		ウォームアップ	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	クールダウン		
レベル 1	傾斜	0.0	0.5	1.5	1.5	1.0	0.5	0.5	0.5	1.0	1.5	1.5	1.0	0.5	0.5	0.5	1.0	1.5	0.5	0.0	
	速度	1.6	2.4	3.2	4.0	4.8	5.6	6.4	5.6	4.8	4.0	3.2	4.0	4.8	5.6	6.4	5.6	4.8	4.0	3.7	2.4
レベル 2	傾斜	0.0	0.5	1.5	1.5	1.0	0.5	0.5	0.5	1.0	1.5	1.5	1.0	0.5	0.5	0.5	1.0	1.5	0.5	0.0	
	速度	2.1	3.1	4.0	4.8	5.6	6.4	7.2	6.4	5.6	4.8	4.0	4.8	5.6	6.4	7.2	6.4	5.6	4.8	4.2	2.9
レベル 3	傾斜	0.5	1.0	2.0	2.0	1.5	1.0	1.0	1.0	1.5	2.0	2.0	2.0	1.5	1.0	1.0	1.0	1.5	2.0	1.0	0.5
	速度	2.4	3.7	4.8	5.6	6.4	7.2	8.0	7.2	6.4	5.6	4.8	5.6	6.4	7.2	8.0	7.2	6.4	5.6	4.8	3.2
レベル 4	傾斜	0.5	1.0	2.0	2.0	1.5	1.0	1.0	1.0	1.5	2.0	2.0	2.0	1.5	1.0	1.0	1.0	1.5	2.0	1.0	0.5
	速度	2.9	4.2	5.6	6.4	7.2	8.0	8.8	8.0	7.2	6.4	5.6	6.4	7.2	8.0	8.8	8.0	7.2	6.4	5.5	3.7
レベル 5	傾斜	1.0	1.5	2.5	2.5	2.0	1.5	1.5	1.5	2.0	2.5	2.5	2.5	2.0	1.5	1.5	1.5	2.0	2.5	1.0	1.5
	速度	3.2	4.8	6.4	7.2	8.0	8.8	9.6	8.8	8.0	7.2	6.4	7.2	8.0	8.8	9.6	8.8	8.0	7.2	6.1	4.0
レベル 6	傾斜	1.0	1.5	2.5	2.5	2.0	1.5	1.5	1.5	2.0	2.5	2.5	2.5	2.0	1.5	1.5	1.5	2.0	2.5	1.0	1.5
	速度	3.7	5.5	7.2	8.0	8.8	9.6	10.5	9.6	8.8	8.0	7.2	8.0	8.8	9.6	10.5	9.6	8.8	8.0	6.6	4.5
レベル 7	傾斜	1.5	2.0	3.0	3.0	2.5	2.0	2.0	2.0	2.5	3.0	3.0	3.0	2.5	2.0	2.0	2.0	2.5	3.0	2.0	1.5
	速度	4.0	6.1	8.0	8.8	9.6	10.5	11.3	10.5	9.6	8.8	8.0	8.8	9.6	10.5	11.3	10.5	9.6	8.8	7.2	4.8
レベル 8	傾斜	1.5	2.0	3.0	3.0	2.5	2.0	2.0	2.0	2.5	3.0	3.0	3.0	2.5	2.0	2.0	2.0	2.5	3.0	2.0	1.5
	速度	4.5	6.6	8.8	9.6	10.5	11.3	12.1	11.3	10.5	9.6	8.8	9.6	10.5	11.3	12.1	11.3	10.5	9.6	7.9	5.3
レベル 9	傾斜	2.0	2.5	3.5	3.5	3.0	2.5	2.5	2.5	3.0	3.5	3.5	3.5	3.0	2.5	2.5	2.5	3.0	3.5	2.5	2.0
	速度	4.8	7.2	9.6	10.5	11.3	12.1	12.9	12.1	11.3	10.5	9.6	10.5	11.3	12.1	12.9	12.1	11.3	10.5	8.5	5.6
レベル 10	傾斜	2.0	2.5	3.5	3.5	3.0	2.5	2.5	2.5	3.0	3.5	3.5	3.5	3.0	2.5	2.5	2.5	3.0	3.5	2.5	2.0
	速度	5.3	7.9	10.5	11.3	12.1	12.9	13.7	12.9	12.1	11.3	10.5	11.3	12.1	12.9	13.7	12.9	12.1	11.3	9.0	6.1

GOLF COURSE((ゴルフコース): 距離 (ヤード) ベースのエレベーション変更

		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	総距離	
レベル 1	傾斜	0.0	1.0	2.0	3.0	2.5	1.0	2.0	2.5	1.5											
	距離	309	359	283	256	113	387	91	351	333											2482
レベル 2	傾斜	0.0	1.0	2.0	3.0	2.5	1.0	2.0	2.5	1.5											
	距離	331	427	330	295	129	466	97	369	431											2875
レベル 3	傾斜	0.0	1.0	2.0	3.0	2.5	1.0	2.0	2.5	1.5											
	距離	345	460	337	308	142	484	97	389	441											3003
レベル 4	傾斜	0.0	1.0	2.0	3.0	2.5	1.0	2.0	2.5	1.5											
	距離	376	502	374	327	187	500	106	416	462											3250
レベル 5	傾斜	0.0	1.0	2.0	3.0	2.5	1.0	2.0	2.5	1.5	3.5	2.5	2.0	4.0	2.5	3.0	2.0	5.0	2.0		
	距離	309	359	283	256	113	387	91	351	333	301	301	165	288	434	312	310	150	455		5198
レベル 6	傾斜	0.0	1.0	2.0	3.0	2.5	1.0	2.0	2.5	1.5	3.5	2.5	2.0	4.0	2.5	3.0	2.0	5.0	2.0		
	距離	331	427	330	295	129	466	97	369	431	407	339	179	368	548	349	376	166	509		6116
レベル 7	傾斜	0.0	1.0	2.0	3.0	2.5	1.0	2.0	2.5	1.5	3.5	2.5	2.0	4.0	2.5	3.0	2.0	5.0	2.0		
	距離	345	460	337	308	142	484	97	389	441	413	349	187	376	560	373	383	172	532		6348
レベル 8	傾斜	0.0	1.0	2.0	3.0	2.5	1.0	2.0	2.5	1.5	3.5	2.5	2.0	4.0	2.5	3.0	2.0	5.0	2.0		
	距離	376	502	374	327	187	500	106	416	462	430	373	201	393	572	396	401	178	543		6737

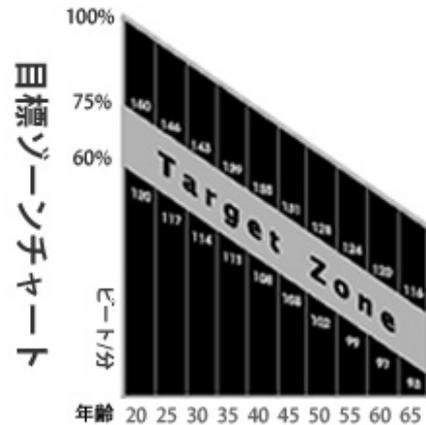
HRC プログラムの使い方

TARGET ZONE(目標ゾーン)

目標心拍数ゾーンは最大心拍数の百分率で示されます。目標ゾーンは、年齢、現在の調整レベルおよびそれぞれの健康目標に応じて個人個人異なります。米国心臓協会では、使用者の最大心拍数の60%から75%の範囲の目標心拍数ゾーンで運動することを推奨しています。下記のチャートを参考にしてください。

例:

42 才の平均的男性の場合、チャート下側のラインで該当する年齢(40 に切り上げ)を見つけ、縦の列を上にとどって目標ゾーンバーに進むと、最大心拍数の60%は毎分108 ビート、最大心拍数の75%は毎分135 ビートであることが分かります。



遠隔測定チェストトランスミッタ (別売り販売)

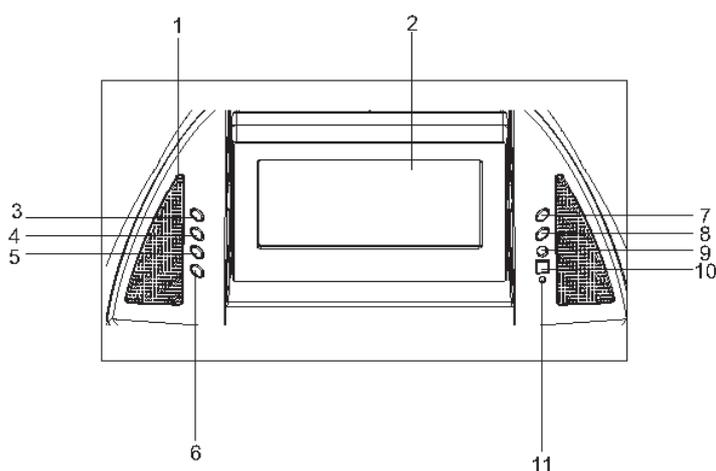
胸部トランスミッタを装着する前に、2 個のゴム製電極を水で湿らせます。胸部ストラップは、胸骨のすぐ上の胸部または胸筋の真下に中心を合わせて、ホライゾン・フィットネスのロゴが外側に向くようにします。注: 胸部ストラップは、正確かつ一定した読み値を得るために、堅く正しく装着しなければなりません。胸部ストラップの装着が緩すぎたり、位置が正しくないと、正しい一貫した心拍数の読み取りができないことがあります。

警告: 心拍数測定機能は医療用の装置ではありません。あなたの心拍数読み取り精度には、さまざまな要因が影響する可能性があります。心拍数の読み取りは、エクササイズ補助機能としての目的を果たすだけです。

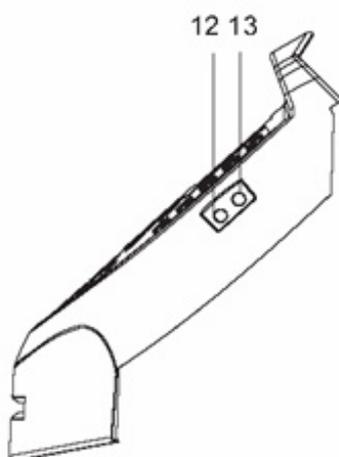
カラーモニターの操作方法

注意:

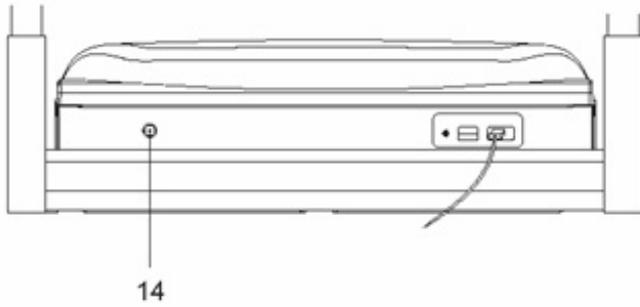
- 使用者自身で装置を修理しないでください。TV と DVD のスイッチを直ちに切って、問題があれば、弊社の代理店にご連絡ください。この TV と DVD は、多数の精密電子部品で構成されています。分解したり使用者自身で修理すると、TV および DVD が破損ないし破壊されることがあります。
- TV を湿気、ほこり、直射日光、あるいはその他の環境条件または環境的要因に曝さないでください。
- 溶剤その他の化学洗剤またはクリーナーを使わないでください。柔らかい布片で TV スクリーンのほこりやごみを取り除いてください。
- TV を過度の加熱または冷却環境に晒さないでください。
- TV に付属して提供された AC アダプタだけを使ってください。
- TV に衝撃を加えないでください。



1. 組込みスピーカー
2. ディスプレイ
3. CH+
4. CH-
5. V+
6. V-
7. メニュー
8. TV/AV
9. REMOTE
10. POWER
11. INDICATOR

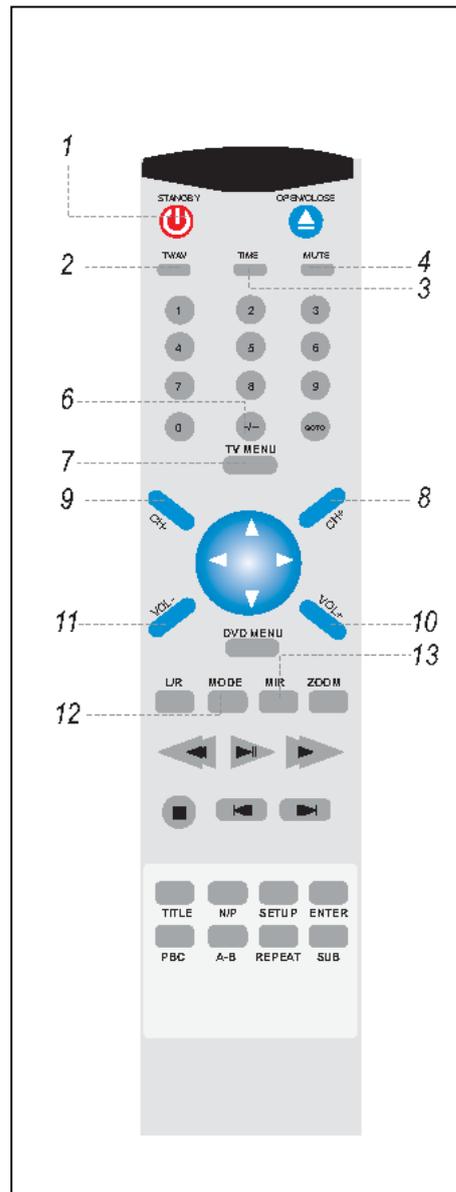


12. VIDEO IN
13. イヤホンジャック



14. TV アンテナ接続

1. STANDBY: 電源スイッチ
2. TV/AV: TV/AV 選択
3. TIME: オフタイム
4. MUTE: MUTE ON/OFF
5. 0-9: デジタルキー(0-9)と-/-
6. -/-: 10 桁チャンネル選択
7. TV MENU: メインメニュー
8. CH+ : 次の上位プログラムへ
(カーソルが上に移動)
9. CH- : 次の下位プログラムへ
(カーソルが下に移動)
10. VOL+ : 音量増(サブメニュー調整)
11. VOL- : 音量減(サブメニュー調整)
12. MODE: 画像表示寸法の設定(TV)
13. MIR: ミラーイメージ設定



重要注意事項

- 1) リモートコントロールをテレビの赤外線受信ウィンドウに合わせてください
- 2) リモートコントロールに圧力を加えたり落とすか水に浸したり、分解したりしないでください。
- 3) ボタンを連続的に押ししたり勢いよく押さないでください。操作間隔は少なくとも2秒とします。
- 4) プログラムチャンネルの選択のために P▲/P▼を押す前に、マシンの電源スイッチを入れてください。

1. チャンネル(数字キー0~9 および-/--)

リモートコントロールでは全部で0から254のチャンネルが使えます。チャンネルが一桁数字のときは、対応する数字キーを押します。チャンネルが2桁のときは、対応する数字キーを押す前に、まず-/--を押して表示画面に”-/--“を表示する必要があります。

2. P ▲/P ▼ (チャンネル選択)

- 1) CH+を押すと、テレビチャンネルの数が増えます。
- 2) CH-を押すと、テレビチャンネルの数が減ります。

3. V+/V-(音量調節)

- 1) VOL+を押すと、テレビの音量が高くなります。
- 2) VOL-を押すと、テレビの音量が低くなります。

4. Standby (電源スイッチ)

このキーを押してテレビの電源を切ります。もう一度このキーを押すと、マシンの電源が入ります。ゲームモードのときにこのキーを押すと、ゲームが終了します。

5. MUTE (ミュート)

このキーを押してサウンドを消し、もう一度押すか VOL+/VOL-を押して通常のサウンドを開始させます。

6. TIME (時間)

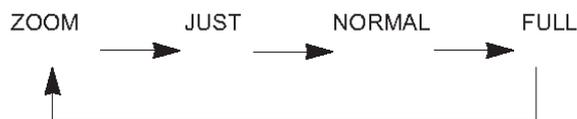
このキーを押して時間を設定します。

7. SYS

SYS ボタンを押すと、D/K、(通常の British モードの設定) B/G、M の間で切り替わります。

8. MODE (モード)

このキーを押すと、下記の項目が順に表示されます。

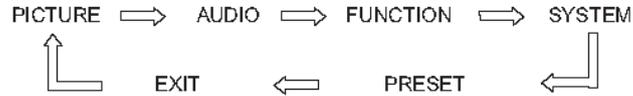


9. AV/TV

このキーを押して TV/AV 画像間の切り替えを行います。

メニュー操作

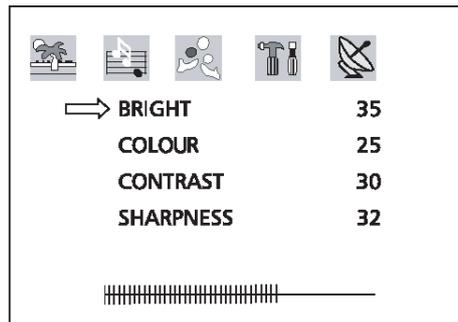
TVメニューを押してテレビの番組メニューを表示します。



1. PICTURE (画像)

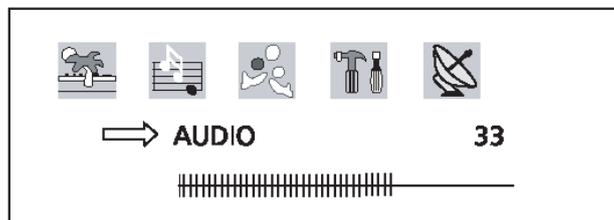
画面に Brightness(輝度)、Colour(カラー)、Contrast(コントラスト)、および Sharpness(鮮明度)が表示されます。

- 1> TVメニューを押して次のような輝度、カラー、コントラスト、およびシャープネスを表示します。
- 2> PICTURE画面に入ってCH+/CH-を押し、矢印で示される設定すべき項目を選択します。文字は赤色で表示されます。
- 3> VOL+/VOL-を押して選択される項目数を増やすか減らします。これらのメニューの最大値は63、最小値は0です。



2. AUDIO (オーディオ)

AUDIOが表示されるまでTVメニューを押し続けます。AUDIOメニューに表示されるのはボリュームだけです。



3. FUNCTION (機能)

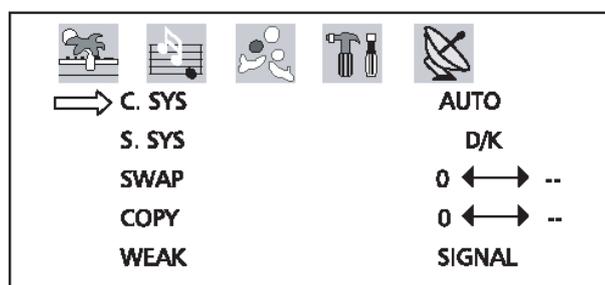
- 1> このメニューの機能は Language(言語), Calendar(カレンダー)および Game(ゲーム)です。
- 2> CH+/CH- を押して、プログラムに必要な項目を選択します。この項目は矢印で示され
ます。文字は赤色で表示されます。
- 3> VOL+/VOL- を押して選択する項目の数を設定します。
- 4> VOL+/VOL- を押して Chinese(中国語)と English(英語)の切り替えを行います。
- 5> Russian Diamond Game – トレッドミルが走行中はこの機能を使わないでください。
 - I. CH+ を押して ダイヤモンドの方向を、CH- を押して下方移動速度をそれぞれ変更しま
す。
 - II. VOL+ を押してダイヤモンドを右方向に移動し、VOL-を押して ダイヤモンドを左方向に
移動します。
 - III. ゲームを終了し、メニューボタンを押して FUNCTION メニューに戻ります。

4. SYSTEM (システム)

- 1> このメニューの機能には、カラーシステム(C.Sys)、サウンドシステム(S.Sys)、プログラ
ム切替(SWAP)、プログラムコピー(Copy) およびプログラム検索(WEAK SIGNAL)があり
ます。
- 2> カラーシステム(Colour System): VOL+を押して、AUTO、PAL、NTSC、SECAM、N3.58、
および 4.43 の順に画面を変更します。このシステムを正しく選択してください。そうし
ないと、無彩色または内部カラーになります。AUTO 位置の選択を推奨します。
- 3> サウンドシステム(Sound System): CH-またはCH+を押して項目 Sound System を選択
します。VOL+を押すと Sound System が 5.5M、6.0M、および 6.5M として表示されま
す。

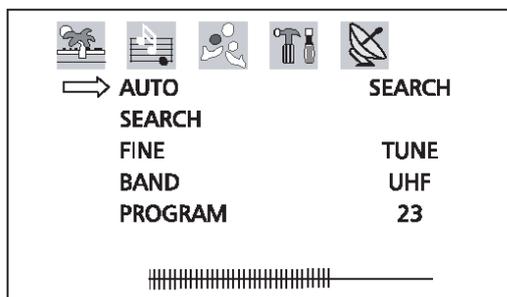
注:

 - I. Sound System: 5.5Mis B/G, 6.0Mis I, 6.5Mis D/K。 サウンドシステムの特定を最初に選
択してください。
 - II. 画像にボリュームが表示されない場合は、サウンドシステムの設定が正しいかどうかを
先ず調べてください。
- 4> システムに入って CH+か CH-を押し、矢印で示される設定項目を選択します。文字は赤色
で表示されます。
- 5> VOL+/VOL-を押して選択する項目数を設定します。



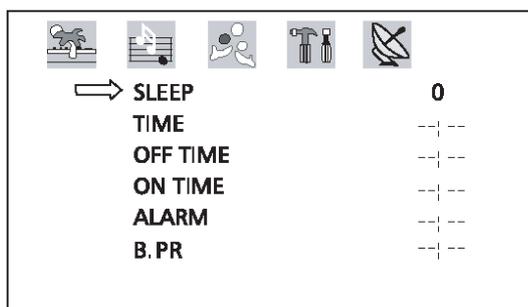
5. PRESET (プリセット)

- 1> Auto Search (自動サーチ) Search (サーチ) Fine Tune (詳細チューニング) Band (帯域) Programme (プログラム) および Clear (クリア) という機能が含まれます。
- 2> PRESET モードに入り、CH+ / CH- を押して、矢印で示される設定項目を選択します。文字は赤色で表示されます。
- 3> VOL+ / VOL- を押して選択対象の項目数を設定します。Fine Tune と Search 機能の場合は、VOL+ を押して上方方向に移動するか、VOL- を押して下方に移動します。
- 4> CH+ / CH- を押して Auto Search を選びます。VOL+ / VOL- を押して Auto Search を起動します。検索が完了した時点で自動メモリ / 記憶モードに入ります。V-L V-H UHF の順にチャンネルを選択します。完了したら、プログラム NO.0 に戻ります。
- 5> すべての設定番号が自動的に保存されます。ます。
- 6> 操作が行われない状態が 10 秒続くと、メニューは自動的に終了します。



注:

- I. Auto Search プログラム No.0 から検索を開始します。
- II. 検索実行中に信号が見つかると、プログラム表示バーが赤から緑に変わり、信号記憶の最適位置であることが示されます。チャンネル信号が微弱であると、チャンネル記憶システムはそれを自動的に無信号として示します。



メンテナンスサービスコールを行う前に:

以下に示す状態は、テレビの故障を示すものではありません。メンテナンスサービスコールをする前に、下記の方法に従って装置を調べてください。

疑わしい故障	原因
何も表示されず、音もなし	無保証の電源が使われています。電源スイッチを切ってください。
何も表示されない	チャンネルの選択は正しいですか? 自動チャンネルチューニングをやり直してください。チャンネルを別の領域でリセットしてください。
音が出ない	オーディオボリュームがオフでないか、オーディオシステムの設定が不良でないか調べてください。イヤホンが挿入されているか? 不良信号かミュート機能がオンかどうか確認します。
受信不良	アンテナが正しく調整されているか? チャンネルが正しくチューニングされているかどうか確認します。
画像が暗い	輝度とコントラストが正しく設定されているか? 周囲温度が低すぎないか確認します。
画像がぼんやりしているか不安定	アンテナが正しく調節されているか確認します。アース信号が弱い可能性があります。
二重画像	アンテナの方向が正しいかチェック。近隣の建物からの反射信号か、高い反射信号を受信した可能性があります。
スノーフレーク干渉	自動車のモーター、電車、高圧送電線またはネオン光に起因する電波妨害に影響された可能性があります。
画像が無色	正しくカラー調整されているか、カラーシステムの設定が正しいか、信号が弱くないか、カラー消去機能が働いていないか、などを確認します。

仕様

タイプ	700A
製品名	LCD カラーテレビ
受信可能域	VHF-L;CH1-5,49,75MHz-91.75MHz;VHF-H:CH6-12, 168.25MHz-222.75MHz, UHF: CH13-57,471.25MHz-869.75MHz;
ケーブルチャンネル	Z1-Z7, 112.25MHz-166.75MHz; Z8-Z35: 224.25MHz-446.75MHz.
表示コンポーネント	カラーTFT-LCD
オーディオシステム	DK I BG M
画面寸法	インチ
オーディオ出力	150mW (Max)
スピーカー	4.5センチ丸型スピーカー: 1
コネクタ	外部アンテナジャック、イヤホンジャック、オーディオ/ビデオ(AV)入力ジャック、外部電源入力ジャック。

DVD プレイヤーの使い方

使用者のプレイヤーで再生するディスクのタイプ

ディスクタイプ	寸法	再生時間	データ形式	
DVD	12cm	1 レイヤー 12 分	DVD 形式 ディスク 圧縮 デジタルオーディオ 圧縮 デジタル ビデオ(動画)	
		2 レイヤー 240 分		
	8cm	1 レイヤー 80 分		
		2 レイヤー 180 分		
SVCD	12cm	45 分	MPEG2 圧縮デジタルオーディオ 圧縮デジタルビデオ (動画)	SVCD, VCE を含む
VCD	12cm	74 分	MPEG1 圧縮デジタルオーディオ 圧縮デジタルビデオ (動画)	VCD2.0, VCD1.1, VCD1.0, DVCD を 含む
	8cm	20 分		
CD	12cm	74 分	CD-DA: デジタルオーディオ	
	8cm	20 分		
HD-CD	12cm	74 分	HD-CD:デジタルオーディオ	
DTS-CD	12cm	74 分	DTS-CD:デジタルオーディオ	
MP3/JPEG	12cm	600 分	圧縮デジタルオーディオ	
WMA	12cm		圧縮デジタルオーディオ	

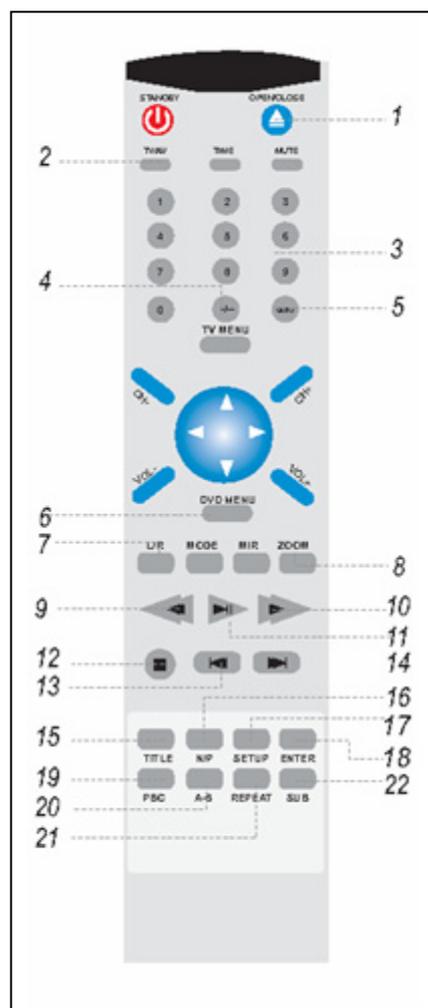
注: DVD-R、CD-R および CD-RW ディスクもこの DVD プレイヤーで再生されます。

VFD の図解:

1. 再生インジケータ ▶	再生中に点灯する。
2. 休止インジケータ	静止画像中に点灯する。
3. ディスクタイプインジケータ	DVD/Super VCD/VCD/CD-DA ディスクが挿入されると DVD/SVCD/VCD/CD が点灯する。
4. リPEATインジケータ	チャプタ(DVD)/トラック(CD,VCD)の反復。タイトル(DVD)/全ディスク内容(CD,VCD)の反復。2つの特定ポイント(A-B 反復)間のセクションの反復。
5. 時間インジケータ	再生チャプターまたはトラックの経過時間または残り時間を点灯表示。

リモートコントローラ

1. OPEN/CLOSE:	開く/閉じる
2. TV/AV:	選択
3. 0 - 9:	数字キー(0-9)と-/-
4. -/- :	十位数字チャンネル選択
5. GOTO:	サーチ
6. DVD MENU:	メニュー表示
7. L/R:	サウンドトラックの変更
8. ZOOM:	画像表示寸法の設定(DVD)
9. F.R:	早戻し
10. F.F.:	早送り
11. PLAY/PAUSE:	再生/休止
12. STOP:	ストップ
13. PREV:	前
14. NEXT:	次
15. TITLE:	タイトル再生
16. N/P:	TV システムの変更
17. SETUP:	セットアップメニューSys
18. ENTER:	エンター
19. PBC:	PBC 再生 ON/OFF
20. A-B:	パート再生
21. REPEAT:	繰返し
22. SUB(SUB-TITLE)	字幕選択



第1章 基本操作

1. TV と DVD プレイヤーの起動

プレイヤーまたはリモートコントローラの Standby ボタンを押してから、TV/AV ボタンを押して AV を選ぶと、TV 画面に Read と表示されます。DVD プレイヤーにディスクが入っていない場合は、画面と VFD に "No disc" と表示されます。MODE ボタンを押して画面を次のようにスクロールします。

Workout Mode TV AV

MODE ボタンを押すことにより、あなたご自身の画面フィットネス・ワークアウトデータ、ローカル TV またはケーブル TV、あるいは DVD を見ることができます。

次の点にご注意ください。

AV/DVD チャンネルの視聴中に "Workout Mode" に移行した場合、DVD は引き続き再生を続けます。次に TV チャンネルに移ると、DVD のプログラムは停止します。MODE をもう一度押すと、AV チャンネルに戻され、"Play" を押すと、DVD は、以前に TV モードの移ったときに停止した箇所から開始します。

2. ディスクの装着

ディスクのラベルを上向きにトレイの入り口に静かに置きます(両面ディスクには両面にコンテンツが入っているので、どの面を上にしてもかまいません)。ディスクは吸引されてトレイに収まり、内容を自動的に読み取り始めます。(注:ディスクのタイプのなかには、タイプを読み取った後で再生またはエンターキーを押して再生を開始するタイプもあります。) ディスクを引き出したいときは、リモートコントローラか DVD プレイヤー前面にある開く/閉じるボタンを押してください。

3. 再生:

各ディスクメニューの内容はディスクがどのようにオーサリングされたか、どんな機能が組み込まれているかにより異なります。メニューボタンを押すと、ディスクメニューが表示されてその中から選択することができます。また、リモートの休止ボタンで再生と休止を切り替えることもできます。さらに、メニュー再生、タイトル再生、シーケンス再生といった様々な再生モードも提供されています。

a) メニュー再生 (DVD, SVCD, VCE20 ディスクと互換性)

I. DVD メニューボタンを押します。

- DVD ディスクが挿入されると、TV 画面に DVD のルートメニューが表示されます。
- SVCD か VCD 2.0 ディスクが挿入されると、画面に SVCD または VCD2.0 メニューが表示されます (PBC がオフのとき)。(このときに PBC ボタンを一度押すと、現在の PBC 状態が表示されます。)
- SVCD または VCD2.0 ディスクが挿入されると PBC が初期化されます。

II. DVD ディスクが挿入されると、矢印ボタンを押して選択したいメニュー項目を強調表示させることができます。たとえば SVCD や VCD2.0 のように、数値ボタンを押して再生するトラックを選択することができます。

III. エンターキーまたは再生ボタンを押せば、ハイライトさせた部分の再生を開始できます。

VI. プレイ中のリターン: DVD ディスクの再生中に、DVD メニュー (PBC) ボタンを押すと、ルートメニューに戻ることができます。SVCD, VCD2.0 および PBC が働いているとき、DVD メニュー (PBC) ボタンを押すと、メニューにもどることができます。

V. ストップ

- 1) ストップボタンを最初に押すと、プレイヤーは擬似停止モードに変わります。それと同時に、OSD に"Quasi Stop" と表示されます。タイトルをもう再度表示させるにはもう一度ストップを押します。
- 2) 擬似停止モードでは、利用者が停止した箇所をプレイヤーが記憶しているので、ディスクを再び再生しようとする、DVD プレイヤーは以前に止めた箇所を探し出してくれます。
- 3) 停止モードでは、再生ボタンを押すと、プレイヤーがシーケンス再生モードに入ります。
 - ディスクを保護するために、再生時にディスク排出のために開く/閉じるボタンを押す前に、まずストップボタンを押してください。
 - 長期間 DVD プレイヤーを使う予定のない場合は、電子プラグを必ず引き抜いておいてください。

b) タイトル再生 (DVD ディスクのみに対応)

- I. DVD 再生中にタイトルボタンを押して DVD タイトルコンテンツを表示します。
- II. 矢印ボタンを押して、選択したいタイトルを強調表示させてエンターキーを押します。数字ボタンを押して選択することもできます。
- III. DVD プレイヤーは選択されたタイトルのチャプター1 から再生を開始します。

c) 順再生 (DVD, SVCD, VCD, CD-G, DTS-CD, HD-CD, WMA, MP3/JPEG ディスクに対応)

- I. SVCD または VCD ディスクが装着されて PBC が起動すると、PBC ボタンを一度押すと、PBC のスイッチが切られます。そこでプレイヤーはシーケンスプレイバックモードで再生することができます。PBC ボタンをもう一度押すと、PBC のスイッチが入ります。
- II. SVCD または VCD ディスク以外では、ストップモードで Play ボタンを押すと、プレイヤーがシーケンス再生モードに入ります。この機能は、すべての互換可能なディスクにとって効果的に働きます。

第2章 追加操作

1. トラックの選択 (DVD, SVCD, VCD, CD, CD-G, DTS-CD, HD-CD, WMA, MP3/JPEG ディスク対応)

- a) DVD ディスクを再生する際に、メニューの数字ボタンを押すかタイトルページを押してトラックを選択します。DVD の再生中に所望のタイトル番号をエンターすることができます。
- b) SVCD または VCD ディスクの場合、シーケンス再生中に数字ボタンを押してトラックを選択します。(プログラム再生中および PBC が稼働しているときは、前/次ボタンを押すだけで選択ができます。)
- c) CD CD-G, HD-CD, DTS-CD ディスクの場合、数字ボタンを押してトラックを直接選択します。
- d) WMA, MP3/JPEG ディスクの場合、数字ボタンを押して現在のトラックリストの異なるトラックを選択します。

注: 1 から 9 の範囲のトラックを選択するには、対応する数字ボタン (1-9) を押します。トラック 9 より上のトラックを選択するには、-/ ボタンを押します。たとえば、トラック 15 を選択するには、-/ と 1 と 5 のボタンを押します。

選択したトラックが使えなければ、入力は無効です。

2. トラックのスキップ (DVD, SVCD, VCD, CD, CD-G, DTS-CD, HD-CD, WMA, MP3/JPEG ディスク対応)

- a) ディスク上の次のタイトル/チャプター/トラックの開始点に前方向にスキップするには、リモートかプレイヤーの前面の次ボタンを押します。
 - b) ディスク上の先行するタイトル/チャプター/トラックの先頭に後方にスキップするには、リモートかプレイヤー前面で前ボタンを押します。
- PBC がオフのとき、SVCD または VCD ディスク上の最終チャプター/トラックを再生するには、次ボタンを押すと再生が停止します。最初のチャプター/トラックを再生するときに、前ボタンを押すと再生が停止します。停止モードのときに次/前ボタンを押しても無効です。
 - DVD ディスクが装着されたときの動作は、そのディスクの構成方法に応じて異なります。

3. Multispeed Fast Motion Playback (DVD, SVCD, VCD, CD, DTS-CD, WMA, MP3/JPEG ディスク対応)

再生中に順方向または逆方向にサーチを実行することができます。

- a) 再生中にリモートの早送りボタンを押してディスク全体をサーチします。そのボタンをリモートでもう一度押して次の速度でサーチを実行します。早送り再生には x2、x4、x8、および x20 の 4 段階の速度があります。各ボタンを連続して押すことで、サーチ速度が速くなります。ボタンを 5 度押すと、早送り再生が通常の再生モードに戻ります。

DVD 再生中に早送り再生が次のタイトル/チャプターの先頭にくると、通常の再生を開始します。PBC が ON 状態で SVCD または VCD の再生中に早送り再生が次のトラックの先頭にくると、通常の再生を開始します。

- 再生ボタンを押して通常の再生を開始します。
 - 速度が F.F x 2 のときの CD、HD-CD、MP3 または WMA の再生中に、プレイヤーにオーディオ出力が生じます。
- b) 再生中にリモートで早戻しボタンを押してディスク全体をサーチします。同じボタンをリモート側でもう一度押して次の速度でサーチを実行します。再生には x2、x4、x8、およ

び x20 の 4 段階の速度があります。各ボタンを連続して押していくと、サーチ速度が順に速くなっていきます。ボタンを 5 度押すと、早戻し再生が通常の再生モードに戻ります。

DVD 再生中に早戻し再生で再生しているタイトル/チャプターの先頭にくると、通常の再生を開始します。PBC が ON 状態で SVCD または VCD の再生の間に早戻し再生が再生トラックの先頭にくると、通常の再生を開始します。

- 再生ボタンを押して通常の再生を開始します。
- CD、HD-CD、MP3 または WMA の再生時に、速度が F.R x 2 のとき、プレイヤーはオーディオ出力を行います。

4. リピート機能の使い方 (DVD, SVCD, VCD, CD, CD-G, DTS-CD, HD-CD, WMA, MP3/JPEG ディスク対応)

ディスクの再生中に繰返しボタンを一度押すと、リピートバナーが現れて現在のリピートモードを示します。

a) SVCD、VCD、CD、CD-G、HD-CD、DTS-CD、WMA または MP3/JPEG シーケンス再生モードのときにリピートボタンをもう一度押してリピートモードを設定します。リモートで同じボタンをもう一度押すと、次のリピートモードに移ります。リピートモードには Off (オフ)、Track Repeat (トラックリピート) および Disc Repeat (ディスクリピート) の 3 種類があります。各ボタンを連続して押すことで、リピートモードが切り替わります。4 回押すと、リピートモードが Off 状態に戻ります。

b) DVD の再生では、リピートボタンを押してリピートモードにします。リピートには Off (オフ)、Chapter Repeat (チャプターリピート) および Title Repeat (タイトルリピート) の 3 つのオプションがあります。ボタンを連続して押すことで、リピートモードが切り替わります。ボタンを 4 回押すと、リピートモードが Off 状態に戻ります。

c) WMA と MP3/JPEG の再生では、リピートボタンを再度押してリピートモードにします。

リピートには Off (オフ)、Track (トラック)、Directory Repeat (ディレクトリリピート) および Disc Repeat (ディスクリピート) の 4 つのオプションがあります。ボタンを連続して押すことで、リピートモードが切り替わります。5 回押すと、リピートモードが Off 状態に戻ります。

5. サーチ機能の使い方 (DVD, SVCD, VCD, CD, DTS-CD, HD-CD ディスク対応)

サーチ機能を使ってタイトル/チャプター/トラック番号を選択したり、タイトルの特定のポイントに進むことができます。まずステップ 1 では、リモートコントローラでサーチ(進む) ボタンを押してサーチメニューを呼び出して編集モードに入ります。ステップ 2 では、矢印ボタンを押してタイトル、チャプター、トラック番号、または時間オプションを強調表示させます。ステップ 3 では、数字ボタンを使って再生したいタイトル、チャプターおよびトラックを入力するか、そのタイトルの中の任意の経過時間を入力します。最後に、エンターボタンを押して再生を開始します。たとえば、01:23:56 を入力すると、1 時間 23 分 56 秒の箇所からタイトルの再生が始まります。入力数字が間違っていると、"INVALID KEY"(キーが無効です)というエラー情報が画面に表示されます。

注:

- I. PBC がオンのときは、サーチ再生が開始したときにオン状態になっていた PBC がオフに変わります。
- II. WMA, MP3/JPEG ディスクを再生しているときは、サーチ機能は働きません。

6. Subtitles (字幕) (DVD, SVCD ディスク対応)

リモートで Sub(字幕)ボタンを一回押すと、バナーに字幕が現れます。

DVD または SVCD が字幕と一緒に記録されると、字幕機能を使って画面上の字幕を表示させることができます。デフォルト設定では、字幕はオフになっており、表示されません。情報バ

ナーに Subtitle Off (字幕オフ)と表示されます。

字幕を表示するには、Sub ボタンをもう一度押します。対応する通し番号の付いたデフォルト言語が情報バナーに表示され、字幕がその言語で表示されます。字幕には Chinese(中国語)、English(英語)、Japan(日本語)、French(フランス語)、Spanish(スペイン語)、Portuguese(ポルトガル語)、German(ドイツ語)、および Latin(ラテン語)の8カ国の言語がサポートされています。Sub ボタンを連続して押すことにより、字幕が切り替わります。例: "Language Icon: [1 English DTS 6CH]"(字幕の有無はディスクに依存しています。)字幕をオフにするには、Subtitle Off と表示されるまで Sub ボタンを押し続けてください。

7. TV システムの変更 (DVD, SVCD, VCD, CD, CD-G, DTS-CD, HD-CD, WMA, MP3/JPEG ディスク対応)

リモートで N/P ボタンを押して現在の TV システムを表示させます。N/P ボタンをもう一度押して次の TV システムに変更します。NTSC、PAL60、PAL および AUTO の4つのシステムが利用できます。N/P ボタンを連続して押すことで、TV システムが切り替わります。4回押すと、TV システムは循環して元の状態に戻ります。

注:

- AUTO TVシステムを選択すると、ディスク依存の最高解像度に自動的に到達することができます
- 全画面状態でない場合(注:大型画面番組では全画面状態にはなりません)または白黒画面の場合は、N/P ボタンを押して TV システムを NTSC か PAL のテレビに適合させます。
- 別のテレビで再生している場合は、ある種の規格では一部のディスクがその機能を十分実行できないことがあります。
- テレビの AUTO System が推奨されます。
- UK システムは PAL 形式ですのでご注意ください。

8. オーディオ出力のミュート (DVD, SVCD, VCD, CD, CD-G, DTS-CD, HD-CD, WMA, MP3/JPEG ディスク対応)

ミュートボタンを押すと、音声を聞き取れないレベルに落とすことができ、画面に"MUTE"と表示されます。ミュートボタンをもう一度押すか Vol+/- ボタンを押すと通常の状態に戻ります。

注:

- ミュート状態のときはマイクロフォンにオーディオ出力は発生しません。
- プレイヤーがディスクを再生しているときに音が出ないときは、ミュートボタンを押して見て再開してください。

9. ビデオイメージのズームイン (DVD, SVCD, VCD, JPEG ディスク対応)

a) ズーム機能により、ビデオ画像を拡大/縮小してイメージをパンすることができます。Zoom を繰り返し押すことによりこの機能を起動し、必要なズーム係数を選択することができます。選択可能な係数は Zoom 1、Zoom 2、Zoom 3、Zoom 1/2、Zoom 1/3、Zoom 1/4、および Zoom Off です。

注: Disc メニューが表示されているときは、この機能は動きません。

b) ズーム係数が 1、2 または 3 のとき、矢印ボタンを使って画面全体をパンします。

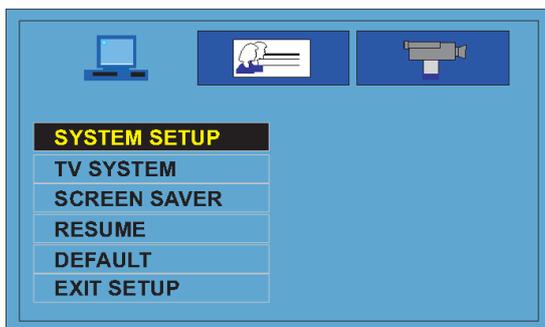
10. 定義するディスクの特定セグメントの反復(DVD, SVCD, VCD, CD, CD-G, DTS-CD, HD-CD, WMA, MP3 ディスク対応)

- a) 通常または高速度再生中に A-B ボタンを一度押すと、“REPEAT A-”が画面に表示されます。これは、反復ループの開始を示します。
- b) 通常または高速度再生中に A-B ボタンをもう一度押すと、“REPEAT A-B” が画面に表示されます。これは、ループが終了したことを示します。
- c) リピートをオフにするまで、セットポイント A から B までループが実行されます。
- A-B をもう一度押して A-B ループモードを取り消します。
- SVCD、VCD または CD ディスクを再生しているときに特定のセグメントを反復することができます。1トラック限定。次のトラックが始まると、A-B リピートが自動的に取り消されます。
- DVD ディスクを再生しているときに、1 タイトルまたは 1 チャプターに限って特定のセグメントを繰り返し再生することができます。

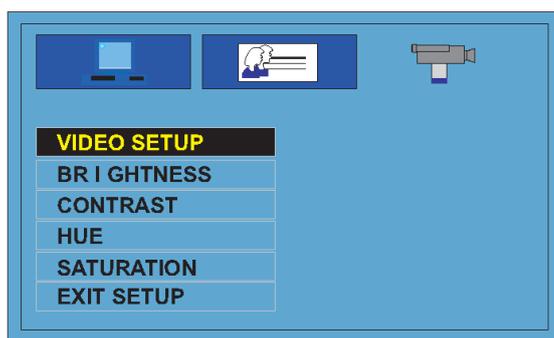
Setup Menu System (セットアップメニューシステム)

1. Setup メニューの通常ステップ

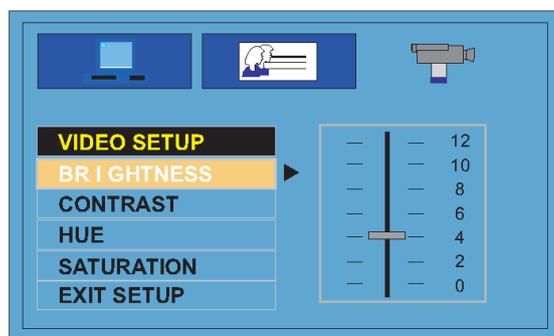
- a) Setup ボタンを押すと、メインセットアップメニューが現れます。
- メインメニューが表示されると、DCD システムが自動的に休止します。



- b) 左/右向き矢印ボタンを押して目的のページのアイコンを強調表示し、左または右向き矢印ボタンを押してそのページをアクティブにします。たとえば、ビデオページを設定したいときは、右向きボタンを押してビデオアイコンを強調表示させると、該当するビデオページが画面に表示されます。



- c) 下向き矢印ボタンを押して目的のオプションを強調表示させます。エンターボタンか右矢印ボタンを押してオプションを選択すると、そのオプションの内容が右側に現れます。たとえば、下向き矢印ボタンを押して BRIGHTNESS オプションを強調表示させてから、エンターを押して選択すると、輝度の選択オプションが右側に表示されます。



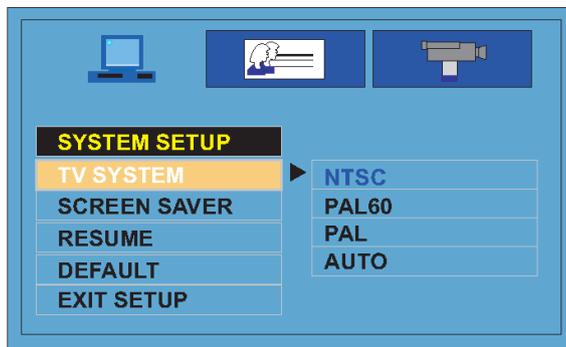
d) 矢印ボタンを押して Exit Setup オプションを強調表示させ、エンターまたは Setup をもう一度押して Setup Menu を終了します。

注: セットアップ時に以下に示すボタンを押すと、セットアップメニューが終了すると同時に、変更された選択項目が保存されます: N/P、字幕、早送り、早戻し、PBC、タイトル、再生/休止、ストップ、再開、次、前、ズーム、進む、リピート、A-B、ミュート、セットアップ。

2. セットアップ項目の導入

a) SYSTEM SETUP (システム設定)

システム設定オプションの個々の内容を以下に示します。

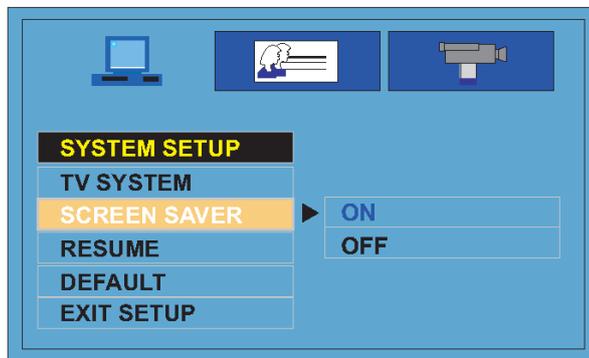


• TV SYSTEM (TV システム)

テレビのカラーシステムに応じて、テレビを選ぶことができます。

- **AUTO:** DVD プレイヤーがマルチシステムテレビに接続されている場合にこの設定を選びます。
- **NTSC:** DVD プレイヤーが NTSC テレビに接続されている場合にこの設定を選びます。
- **PAL:** DVD プレイヤーが PAL テレビに接続されている場合にこの設定を選びます。
- **PAL60:** DVD プレイヤーが PAL60 テレビに接続されている場合にこの設定を選びます。

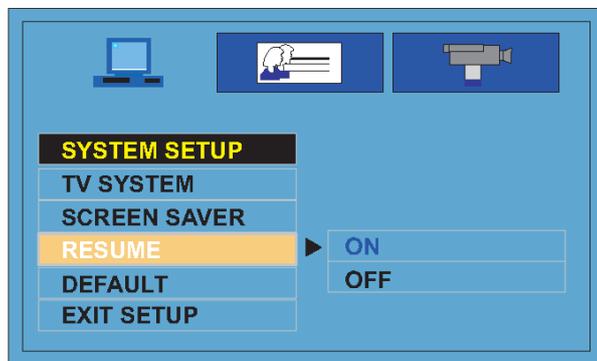
デフォルトの設定は **NTSC** です。



• SCREEN SAVER (スクリーンセーバー)

スクリーンセーバーがオンのときに、DVD プレイヤーが「ストップ」、「オープン」または「ディスクなし」状態か、フレームが 60 秒以上停止状態にあると、スクリーンセーバーが表示されます。この機能はディスプレイ画面を劣化から保護します。

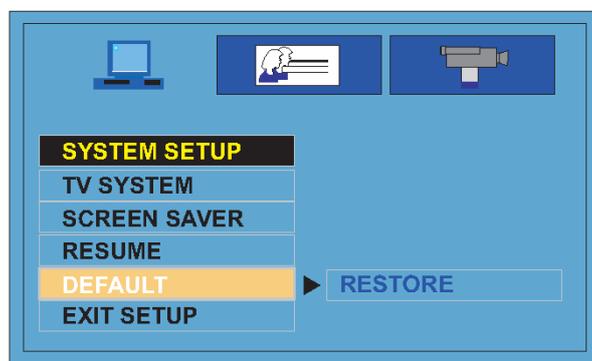
- **ON**: この設定を選んでスクリーンセーバーを起動します。
 - **OFF**: この設定を選んでスクリーンセーバーを取り消します。
- デフォルト設定は **ON** です。



- **RESUME(再開)**

DVD を停止またはクローズするときに次回にその続きを再生したい場合は、“RESUME”を使用します。DVD のメモリは、最後に停止した箇所をサーチして、次回再生時に前回の停止部分から再生を続けます。

- **ON**: この設定を選んで RESUME を有効にします。
- **OFF**: この設定を選んで RESUME を無効にします。



- **DEFAULT(デフォルト)**

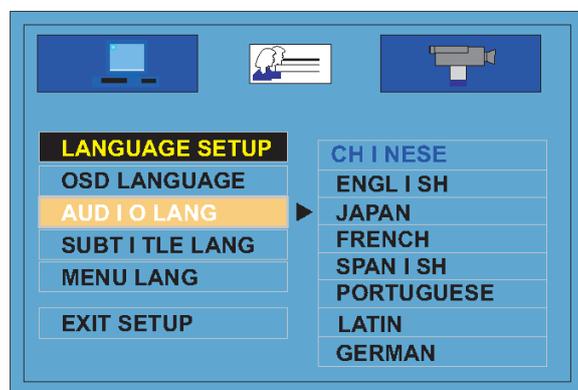
この設定を選んで、デフォルト設定に対するすべてのセットアップオプションを再開します。

b) LANGUAGE SETUP (言語設定)

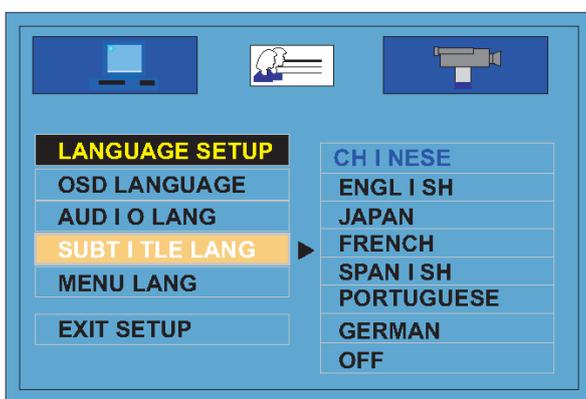
言語設定オプションの個々の設定内容を以下に示します。



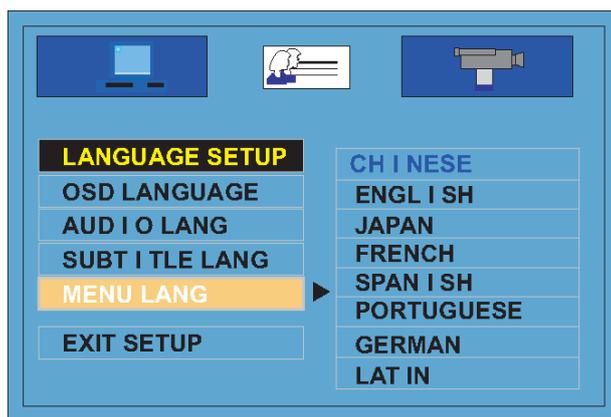
- OSD LANGUAGE (OSD 言語)オプションを選択し、矢印ボタンを押して希望する OSD 言語を選びます。エンターボタンを押して入力を確定すると、その言語で OSD が表示されます。Chinese (中国語)、English(英語)、French(フランス語)、Spanish(スペイン語)、Portuguese(ポルトガル語)、German(ドイツ語)の 6 つの OSD 言語オプションが用意されています。



- AUDIO LANG (音声言語)オプションを選択し、矢印ボタンを押して好みのオーディオ言語を選びます。エンターキーを押して入力を確定すると、再生するディスクでその言語が使えれば、その言語で音声を出力します。Chinese (中国語)、English(英語)、Japan(日本語)、French(フランス語)、Spanish(スペイン語)、Portuguese(ポルトガル語)、German(ドイツ語)、および Latin(ラテン語)の 8 つのオーディオ言語オプションが用意されています。



- SUBTITLE LANG (字幕言語)オプションを選択し、矢印ボタンを押して好みの字幕言語を選びます。エンターボタンを押して入力を確定すると、再生しているディスクでその言語が使えれば、その言語で字幕を表示します。Chinese(中国語)、English(英語)、Japan(日本語)、French(フランス語)、Spanish(スペイン語)、Portuguese(ポルトガル語)、German(ドイツ語)、および Off(オフ)の 8 つの字幕言語オプションが用意されています。



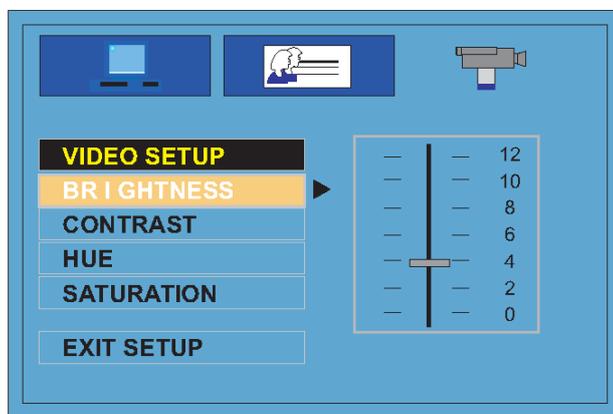
- MENU LANG (メニュー言語)オプションを強調表示させ、Arrow ボタンを押して所望のメニュー言語を選びます。エンターボタンを押して入力を確定すると、再生しているディスクでその言語が使えれば、その言語でメニューを表示します。Chinese (中国語)、English (英語)、Japan (日本語)、French (フランス語)、Spanish (スペイン語)、Portuguese (ポルトガル語)、German (ドイツ語)、および Latin (ラテン語)の 8 つのメニュー言語のオプションがあります。

注：所望の言語が使えない場合は、ディスクのデフォルト言語で再生されます。

DVD プレイヤーのデフォルト言語は中国語です。

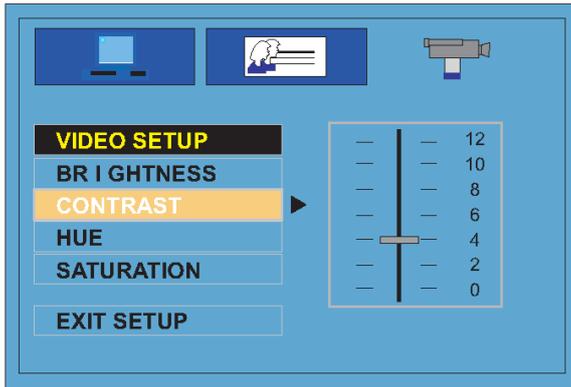
c) VIDEO SETUP (ビデオ設定)

ビデオセットアップオプションの個々の設定内容を以下に示します。



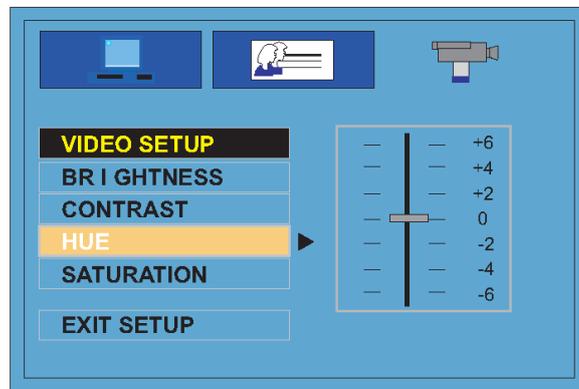
- BRIGHTNESS (輝度)

上下矢印ボタンを使ってスクロールして輝度を調整します。



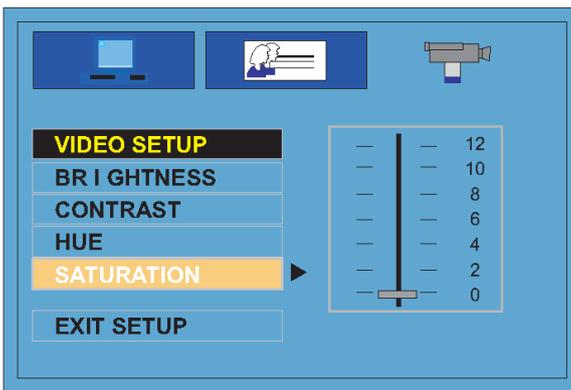
- **CONTRAST (コントラスト)**

上下矢印ボタンを使ってスクロールしてコントラストを調整します。



- **HUE(色相)**

上下矢印ボタンを使ってスクロールして色調を調整します。



- **SATURATION (彩度)**

上下矢印ボタンを使ってスクロールして彩度を調整します。

トレッドミルのトラブルシューティング

ホライゾン・フィットネスのトレッドミルは、信頼性と使いやすさを追求した設計を採用しています。しかしながら万が一、問題に遭遇した場合は、このトラブルシューティングガイドを参考に、問題の解決を図ってください。

問題: コンソールが点灯しない。

対策: 電源コードが電源コンセントに正しく接続していて、トレッドミルの電源スイッチが ON に入っていることを確認します。

問題: ワークアウト中にトレッドミルのブレーカーが切れました。

対策: トレッドミルが専用の 20 アンペア回路に接続していることを確認します。

注: 延長コードを使用してはいけません。

問題: トレッドミルがエレベーション中に電源が遮断されました。

対策: 電源コードの長さがエレベーション中に壁コンセントに届く十分な余裕（ゆりみ）があることを確認します。

問題: トレッドミルの走行ベルトがワークアウト中にベルト幅の中心から外れています。

対策: トレッドミルが水平面上にあることを確認します。ベルトが正しく締められていることを確認してください（後述の「ベルトのセンタリング」参照）。

問題: トレッドミルで歩行中か走行中にマシンの前方向にカチッという異常音が発生します。

対策: トレッドミルを最適な状態で使うには、マシンを水平状態にする必要があります。本書の組立ての項の「レベリング」を参照してください。

心拍数測定に関するトラブルシューティング

蛍光灯、コンピュータ、大型モーター搭載の電気製品等に起因する電波干渉の発生源がエクササイズ環境周りに存在しないかどうかを確認してください。こうした干渉発生源が原因で、異常な心拍数測定値が記録されることがあります。

下記の状態のもとでは、異常な数値が表示されることがあります。

- 心拍数測定ハンドルバーの握り方が強すぎる。心拍数測定ハンドルバーを保持している間は適度な把握圧力を維持するよう心がけてください。
- 運動中に心拍数測定ハンドルバーを常に保持しているために、一定の動作と振動が発生します。異常な心拍数数値が表示されたときは、使用者の心拍数をモニタリングするのに十分な時間、グリップを保持するよう試みてください。
- ワークアウト中に呼吸が激しくなる。
- リング着用のために使用者の手が締め付けられる。
- 手が乾燥したり冷たくなる。暖めるために両手を摺り合わせて掌を湿らせてみます。
- ひどい不整脈を生じる人。
- 動脈硬化または末梢血行不良のある人。
- 測定する掌の皮膚が特別に厚い人。

問題: 心拍数値が表示されない。

対策: 胸部ストラップを使用している場合は、電極と皮膚の間の接触が不良。
電極をもう一度水で湿らせてください。

対策: 胸部ストラップの着用位置が違います。胸部ストラップを着用しなおします。胸部ストラップの寸法と着用位置を調整してみる必要があるかもしれません。

対策: 胸部ストラップとコンソールの間距離が推奨範囲の 36 インチ (約 92cm) を超えていないかチェックします。

対策: 胸部ストラップのバッテリーが上がっている可能性があります。胸部ストラップを最寄の店に持っていか、ホライゾン・フィットネスに返却してバッテリーを交換してください。

問題: 異常または矛盾した読み取り数値が表示されます。

対策: これは、乾いた電極や緩い胸部ストラップによりしばしば発生する現象です。正しい操作には、ゴム製電極に湿気が必要です。電極にもっと十分な水の皮膜を施して、胸部ストラップを締めなおしてください。

上記のトラブルシューティングを実行しても問題が是正されない場合は、マシンの使用を中止して電源を切ってください。

詳しい相談は最寄の代理店にご連絡ください。

製品に関する共通の質問

わたしのトレッドミルから発生する音は正常ですか？

すべてのトレッドミルは、特に新しい場合には、ローラーに乗って動いているベルトの性質上、ある種の振動音が発生します。このノイズは、すっかり消えるわけではありませんが、時間が経つと減少します。やがてベルトが伸びて、ローラー上にスムーズに乗るようになじんできます。

購入したトレッドミルが店にあるトレッドミルよりも大きな音を出すのは何故ですか？

すべてのフィットネス製品が店舗の広い部屋では静かに作動しているように感じるのは、一般家庭よりも大きな背景雑音が生じるからです。また、木質オーバーレイフロアよりもカーペット敷きコンクリートフロア上では反響音が少ない、ということもあります。重いラバーマットをご使用いただくと、フロアからの反響音が抑えられる場合もあります。フィットネス製品を壁の近くに置くと、反射ノイズが増えます。

ノイズについて問題があるのはどんな時ですか？

トレッドミルが発する音が通常の会話の音声よりも小さければ、それは通常のノイズと考えられます。会話の音声よりも大きい場合は、最寄の代理店に連絡して対策をご相談ください。

メンテナンス

どんな種類の日常メンテナンスが必要ですか？

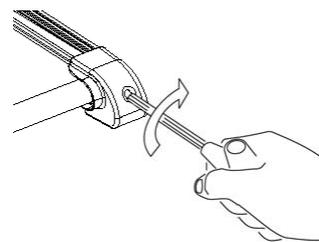
トレッドミルにはマシン全体にシールド軸受けを使用しているため、油を差す必要はありません。最も重要なメンテナンス手順は、毎回ご使用の後でトレッドミルについて使用者の汗を拭き取るだけです。

トレッドミルのクリーニング方法は？

石鹸と水で清掃するだけです。プラスチック部分は溶剤を使って洗わないでください。

ベルトの張力調整

トレッドミル上で走行しているときにスリップ感覚が生じたときは、走行ベルトを引き締めなければなりません。たいていの場合、ベルトは度重なる使用のために伸びているためにスリップします。これはごく一般的な現象であり、適時調整するのが普通です。このようなスリップを解消するには、左右のリアローラーボルトを適切なサイズの六角レンチで図に示すように右に 1/4 回転回して調整します。調整後、トレッドミルを動作させて滑りをチェックします。必要ならさらに調整を繰り返しますが、ローラーボルトは同時に 1/4 回転以上は回さないでください。ベルトの張力は、走行ベルトがデッキから 1/4 インチ間隔で浮いているときに正しく設定されています。



ベルトの中心合わせ

ベルトが左サイドから極端に離れている場合:

- 左ローラーボルトを 1/4 回転時計回りに回転させます(締め付ける)。

ベルトが右サイドから極端に離れている場合:

- 右ローラーボルトを 1/4 回転時計回りに回転させます(締め付ける)。

メンテナンス手順

トレッドミルと動作環境を清潔に保つよう心がければ、メンテナンス上の問題とサービスコールの発生を最小限度に抑えることができます。そこで、下記の予防保守を行っていただくようお願いいたします。

毎回使用後（日常）

トレッドミルをオン/オフスイッチで停止し、電源コードを壁コンセントから引き抜きます。

警告:

- トレッドミルの電源を落とすには、電源コードを壁コンセントから引き抜く必要があります。
- 走行ベルト、デッキ、モーターカバーおよびコンソールケースを湿った布片でしっかり拭き取ります。溶剤はトレッドミルに損傷を与えるので使わないでください。
- 電源コードを検査します。電源コードが損傷した場合は、ホライゾン・フィットネスにご連絡ください。
- 電源コードがトレッドミルの下を通っていたり、物に挟まったり切断するおそれのある場所を通っていないことを確認してください。
- 走行ベルトの張りや位置決めを確認します。トレッドミルのベルトの位置ずれのために他の部品を損傷することがないことを確認します。

毎週

下記の手順でトレッドミルの下を清掃します。

- トレッドミルをオン/オフスイッチで停止し、壁コンセントの電源コードを引き抜きます。
- トレッドミルを直立位置に畳み、ロックラッチが確実に懸かっていることを確認します。
- トレッドミルを離れた場所に移動します。
- トレッドミルの下にたまった塵やごみの類を拭き取るか掃除機で清掃します。
- トレッドミルを元の位置に戻します。

毎月

- マシンのすべての組立ボルトの締め付け具合を検査します。

毎年

- トレッドミルの最適な性能を維持するために、毎年一度は走行デッキとベルトのワックスがけをする必要があります。トレッドミルへのワックスがけについての詳細は、最寄の代理店にお問合せください。**警告:** ホライゾン・フィットネス提供のパラフィンワックスだけをお使いください。
- エアアブソーバはテフロンベースのスプレーで注油してください。

保証書

この保証書は明示した期間、条件のもとにおいて無償修理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。

保証規定

1. 通常の使用により、万一材質上または構造上の欠陥が生じた場合は、当社サービス係へお申し出ください。無償で新品と交換または修理いたします。ただし以下の項目、またはこれに準ずる理由により生じた故障等については本保証は適用されません。
 - a. 説明書以外の誤操作、取り扱い上の不注意
 - b. 天災、火災、地震等による故障
 - c. 砂、泥、水かぶり等が原因で発生した故障
 - d. お買い上げ後の転居等による輸送、移動、落下等
 - e. 保存上の不備
 - f. 当社規定の修理取り扱い所以外で行われた修理・改造による故障
 - g. 本製品本来の使用目的以外の使用
 - h. 本保証書の添付のない場合
2. 保証の対象となるのは本体のみで、使用に伴う消耗部品は、保証の対象とはなりません。
3. 修理品についての運賃、諸費用は原則としてお客様にてご負担願います。
4. 保証期間は、ご購入から一年間です。
5. 保証の適用されない故障、及び保証期限が切れた後の故障につきましては、有償で修理致します。
6. 本保証書は再発行いたしませんので、大切に保存しておいて下さい。また販売店印のないものや、お買い上げの記載のないものは、無効です。
7. 保証は日本国のみです。

		保証期間	
		お買い上げの日から1年	
お買い上げ日		年	月 日
お客様	ご芳名		
	電話		
	ご住所		
販売店	電話 ()		

- * 通常の修理及び部品の補充についてお困りの際は、ご遠慮なく下記へご連絡ください。
- * 保証期間中の修理もしくは部品の補充・商品組立て時ならびにご使用上の質問等がございましたら、ご遠慮なく下記サービス係までご連絡ください。
- * 組み立てサービス及び出張修理は行いませんので、予めご了承ください。

本製品に関する機能・操作のご質問・ご相談は下記へご連絡ください。

フリーダイヤル(無料) 0120-557-379

ジョンソンヘルステックジャパン株式会社

〒150-0013 東京都渋谷区恵比寿1-23-13 アルカイビル 7階

TEL: 03-5449-2070 FAX: 03-5449-2071

<http://horizonfitness.com>

<http://johnsonjapan.com>