

MATRIX

ENDURANCE STEPPER





重要な注意事項

本説明書は大切に保管してください。

ステッパーを使用する際は、基本的な事前の注意に必ず従い、以下の事項も守ってください：本機のご使用前にすべての説明をお読みください。本機を所有している方が責任を持って、使用者全員が警告および注意事項をすべて理解するようにしてください。

本機は業務用です。ユーザーの安全と機器を保護するため、説明書をすべてよく読んで上でご使用ください。

警告！

やけど、火事、電気ショック、怪我のリスクを低減するため：

- ・ 14歳未満の子どもは本機を使用してはなりません。
- ・ 14歳以上の未成年者、身体に障害のある方は、大人の監督なしに本機を使用しないでください。
- ・ 子どもや身体に障害のある方が本機を使用したり、本機の稼働中に近くにいる場合、厳重な監督が必要です。
- ・ 本機から10フィート（3メートル）以内の範囲にペットまたは14歳未満の子どもを近付けないでください。
- ・ 本機は取扱説明書に記載されている用途に使用してください。
- ・ 不適切な、または過度な運動はけがの原因となる場合があります。胸の痛み、吐き気、めまい、息切れなど、何らかの身体の異常を感じた場合、運動を直ちに中止して、続行する前に医師にご相談ください。
- ・ 心拍数モニタリングシステムは正確でないこともあります。適度な範囲を超えた運動は、重度の怪我や死亡に至る恐れがあります。めまいを感じた場合、直ちに運動を中止してください。
- ・ 可動部に手や衣服が触れないようにしてください。
- ・ 本機のいずれかの部分に引っかかる恐れのある服は着用しないでください。
- ・ 本機の使用中は常に運動靴を着用してください。

注意！

本機のご使用前に医師にご相談ください。ご使用前に取扱説明書をお読みください。

本機は必ず屋内の温度と湿度が制御されている部屋でご使用ください。本機が低温または高湿度の気候にさらされた場合は、初めて使用する前に本機を室温に慣らしてから使用されることを強く推奨します。

危険！

感電のリスクを減らすために：

使用直後、清掃やメンテナンスの実行、部品の取り付けや取り外し前には、必ず本機の電源プラグをコンセントから抜いてください。

- ・ 本機に飛び乗らないでください。
- ・ 本機の定員は1名です。
- ・ 取扱説明書の仕様に指定されている体重以上の方は本ユニットを使用しないでください。これに従わない場合、保証が無効になります。
- ・ 感電防止のために、どの開口部にも絶対に物体を落としたり、挿入したりしないでください。
- ・ コードや電源プラグが損傷している場合、本機が正常に作動しない場合、落としてしまったり、損傷を受けていたり、水浸しになった場合には絶対に本機を稼働させないでください。
- ・ 電源コードを加熱した表面から離してください。
- ・ エアゾール（スプレー）製品の使用中、または酸素吸入器が使用中の場所では稼働させないでください。
- ・ 通気口が塞がれている状態では絶対に本機を稼働させないでください。通気口を糸くずや髪の毛等の無い清潔な状態に保ってください。
- ・ カスタマーサービスから指示されるまではサイドカバーを取り外さないでください。メンテナンスは公認のサービスエンジニアのみが行ってください。



電源要件

電気系統要件

安全のため、また確実にパフォーマンスを発揮できるように、本回路の接地は非ループ状（絶縁）になっている必要があります。NEC（米国電気工事基準）の210-21項および210-23項を参照してください。これらの電気系統要件に従わない場合、Matrixの限定保証が無効になるおそれがあります。

接地の指示事項

危険！

本ユニットは接地する必要があります。故障や機能停止が発生した場合、接地により、電流には抵抗が最小となる経路が与えられるので、感電のリスクが減ります。本ユニットには機器接地導線と接地プラグのついたコードが装備されています。プラグは正しく取り付けられた適切なコンセントに差し込み、現地の規定や条例に従って接地する必要があります。本機の接地導線を適切に接続しない場合、感電のリスクが生じる可能性があります。本製品が適切に接地されているか確信が持てない場合は、資格をもった電気技師またはサービスエンジニアに点検を依頼してください。本製品に付属の電源プラグは改造しないでください。電源プラグがコンセントに合わない場合は、資格をもった電気技師に適切なコンセントを取り付けてもらってください。

110 Vユニット

110 Vの機器では、電源には100-125 V、60 Hzを使用し、非ループ状（絶縁）中性点接地を持つ15 A以上の回路が必要です。本機は15Aの専用回路で最大4ユニットまで数珠接続可能です。Matrix数珠接続コードアダプターは別売です。

220 Vユニット

220 Vの機器では、電源には216-250 V、50 Hzを使用し、非ループ状（絶縁）中性点接地を持つ15 A以上の回路が必要です。本機は15Aの専用回路で最大4ユニットまで数珠接続可能です。Matrix数珠接続コードアダプターは別売です。

デジタルTV

一体型デジタルTVチューナー付のアドオンTVやコンソール類には、追加の電源アダプターは必要ありません。両端が「Fタイプ」のコンプレッション フィッティングであるRG6同軸ケーブルは、ビデオソースと各アドオンのデジタルテレビユニット間で接続する必要があります。

バッテリー充電 (LEDコンソール)

ステッパーは、ディスプレイにSTEP FASTERと表示されるたびにシャットダウンモードに移行することで、バッテリーの充電を節約します。使用者が1分間あたり35ステップを超える速度を維持していない場合、30秒シャットダウンプロセスが開始されます。

バッテリーの電圧が低い場合、本機をシャットダウンモードに移行中、ディスプレイにLOW BATTERYと表示されます。以下の場合にはバッテリーを充電してください。

- 本機を長時間使用していない場合、バッテリーの充電が必要になることがあります。
- 本機は低バッテリーの状態でも機能し続けますが、使用者が停止すると使用者とプログラムの情報は失われます。

バッテリーを充電する必要がある場合は、オプションの電源アダプター充電ユニットを使用してください。完全に充電するには、充電器を8時間以上ステッパーに接続する必要があります。充電が完了したら、バッテリーランプが赤から緑に変わります（図を参照）。フル充電後でもディスプレイにLOW BATTERYと表示される場合は、バッテリーが破損している可能性があります。バッテリーの交換については認定技術者に確認してください。

注意：本機の内部にあるバッテリーには環境に有害な物質が含まれています。地域の法令に従ってバッテリーを適切に廃棄してください。

FCC 規則 (米国のみ)

本機は FCC 規則パート 15 に従って試験済みであり、クラス B、デジタルデバイスの制限事項に適合すると判定されています。これら制限事項は住宅地域で設置された場合の有害な電磁波に対する適正な保護を提供するように規定されています。本機は高周波工ネルギーを生成、使用し、高周波工ネルギーを放射することがあります。指示通りに設置、使用されなかった場合、無線通信に対する有害な電磁障害を起こすことがあります。しかしながら、特定の設置状況において電磁障害が起きないとの保証はありません。本機がラジオまたはテレビの受信に有害な電磁障害を起こした場合、次の措置を取ることで電磁障害を是正することを推奨いたします。電磁障害の有無は本機の電源を切ってから入れることで特定することができます。

- 受信アンテナの向きを変えるまたは場所を変える
- 本機と受信機間の間隔を広くする
- 受信機が接続されているのとは別のコンセントに本機を接続する
- 販売店または熟練のラジオ/テレビ技師にサポートを依頼する

FCC RF 放射線照射に関するステートメント：

1. 本送信機は別のアンテナまたは別の送信機と一緒に配置したり、稼働させてはなりません。
2. 本機は制御された環境に対して規定された FCC RF 放射線照射限界に適合します。本機は放射源と人体の間に 20 センチメートル以上の距離を空けて設置および稼働する必要があります。

組立



開梱

本機の開梱は本機を使用する場所で行ってください。箱を平坦で水平な床面に配置してください。床面上に保護カバーを配置することが推奨されます。箱が横転している状態で開梱しないでください。

重要な注意

- すべてのビデオおよび電源差込口は本製品の納入日/組立日に正常に機能している必要があります。再訪問に関連して行われた追加の設置作業で生じた料金はすべてクライアント持ちとなります。
- 組み立ての各ステップにおいて、ナットとボルトのすべてが所定の位置に配置されており、部分的にねじ込まれていることを確認してください。
- 組立時や使用時の補助として、一部の部品は事前に潤滑剤が塗布されています。潤滑剤を拭き取らないでください。潤滑が不足すると思われる場合、リチウムグリスを軽く塗布することを推奨いたします。

警告！

組み立ての工程にはいくつか特に注意する必要がある箇所があります。組み立ての説明に正確に従って全ての部品がしっかり締め付けられていることを確認することは、非常に重要です。組み立ての説明に正しく従わない場合、部品の締め付けが不十分であったり緩みが生じたりすることがあり、耳障りなる音が発生する原因となることがあります。本機の損傷を防ぐために、組立の説明をご確認のうえ、必要な修正方法に従っていただく必要があります。

お問い合わせについて

ご質問がある場合、または部品が不足している場合、カスタマーサービスまでお問い合わせください。

必要な工具：

- 6 mm 六角棒レンチ
- 5 mm 六角棒レンチ
- プラスドライバー

同梱部品：

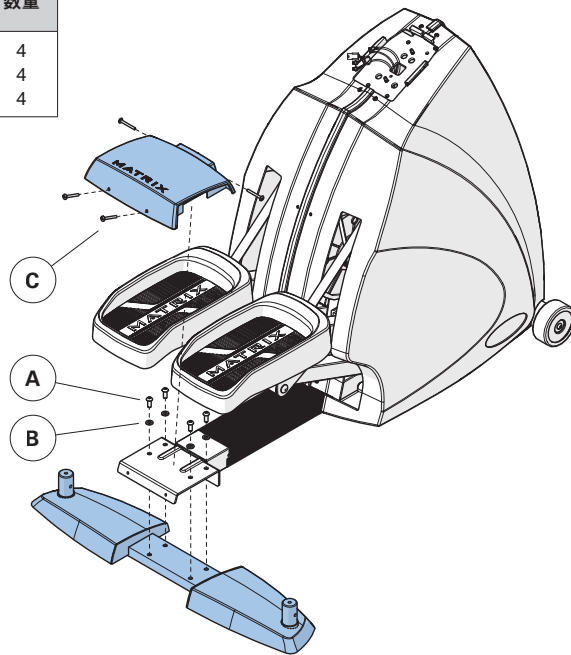
- メインフレーム x 1
- スタビライザーチューブ x 1
- スタビライザーチューブカバー x 1
- コンソールマスト x 1
- コンソールマストカバー x 1
- コンソールマストブラケット x 1
- 上部ハンドルバー x 2
- 下部ハンドルバー x 2
- パルスグリップハンドルバー x 1
- ハンドルバージョイントコネクター x 1
- ボトルホルダー x 1
- 電源コード x 1
- ハードウェアキット x 1

コンソールは別売



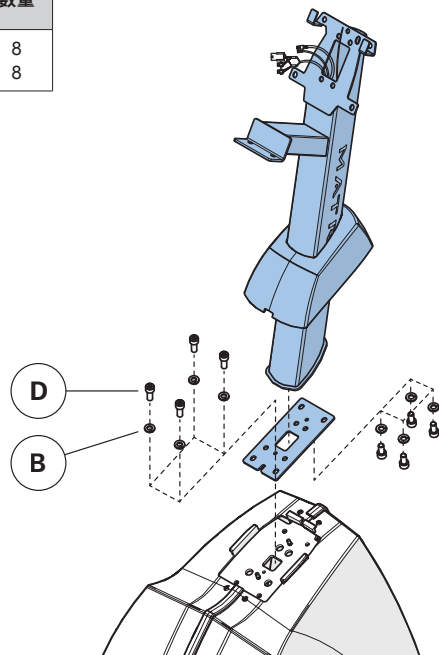
1 ハードウェア 数量

A	ボルト (M8 x 40 L)	4
B	ロックワッシャー	4
C	ネジ (M5 x 15 L)	4



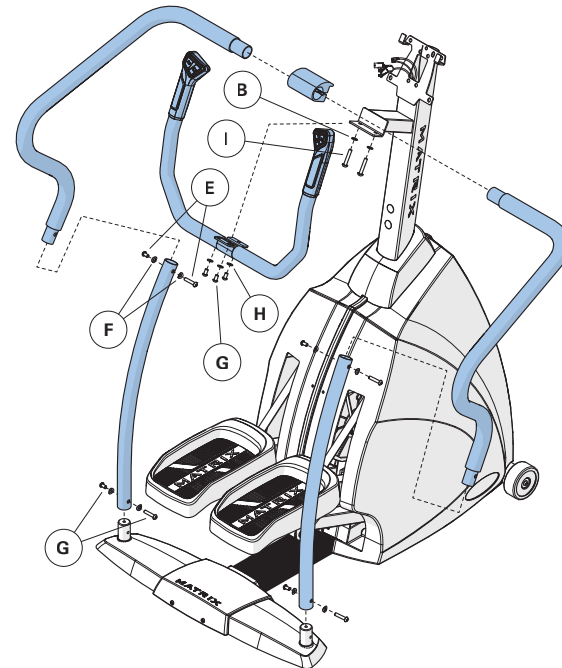
2 ハードウェア 数量

B	ロックワッシャー	8
D	ボルト (M8 x 16 L)	8



3 ハードウェア 数量

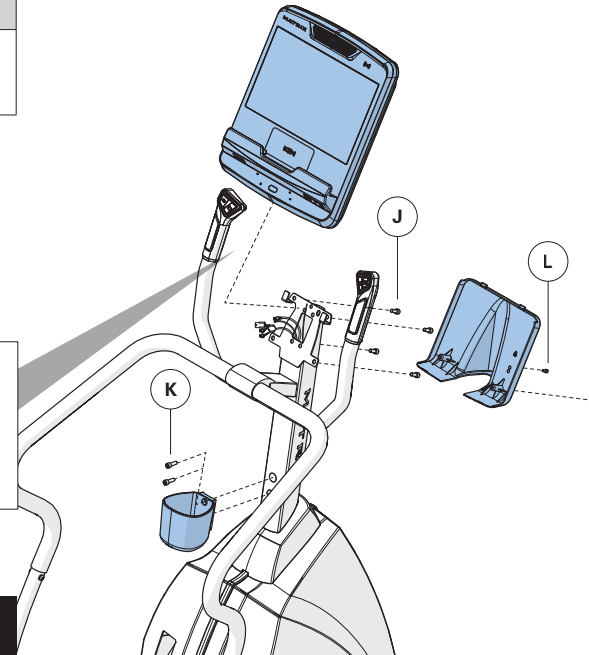
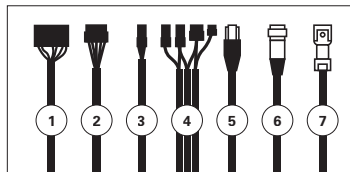
B	ロックワッシャー	2
E	ボルトセット	2
F	アークワッシャー	8
G	ボルト (M8 x 16 L)	7
H	ロックワッシャー	3
I	ボルト (M8 x 45 L)	2



4 ハードウェア 数量

J	ボルト (M8 x 20 L)	4
K	ボルト (M8 x 25 L)	2
L	ボルト (M5 x 10 L)	2

- 1 LCB通信
- 2 延長電源線
- 3 テレビ電源
- 4 コンソール接続線
- 5 イーサネット
- 6 同軸
- 7 アース線



組み立て完了

ご使用前に

マシンの設置場所

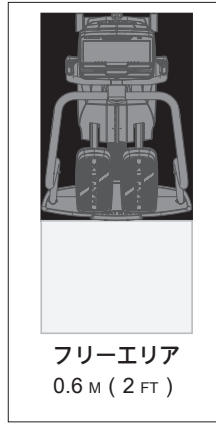
本ユニットは直射日光の当たらない、水平で安定した表面に置いてください。強い紫外線はプラスチック部の退色を招くことがあります。ユニットは涼しく湿度の低い場所に設置してください。ユニットの後ろ側を少なくとも24インチ (600 mm) 空けてください。この空きスペースには、いかなる障害物も置かず、本機からの昇降口を十分に確保してください。通気口や外気の取入口をふさぐような場所には絶対にユニットを置かないでください。ユニットはガレージ、屋根付きの中庭、水の近くや屋外に設置しないでください。

本機のレベリング

ステッパーは水平で安定した表面に設置してください。ステッパーにはフットサポートの下に水平調整脚があります。ステッパーがその使用予定の場所でぐらつく場合は、調整脚のロックナットを緩めて、安定するまで脚を調整します。レベリングが終わったら、ロックナットをフレームに締め付けて調整脚をロックします。

警告！

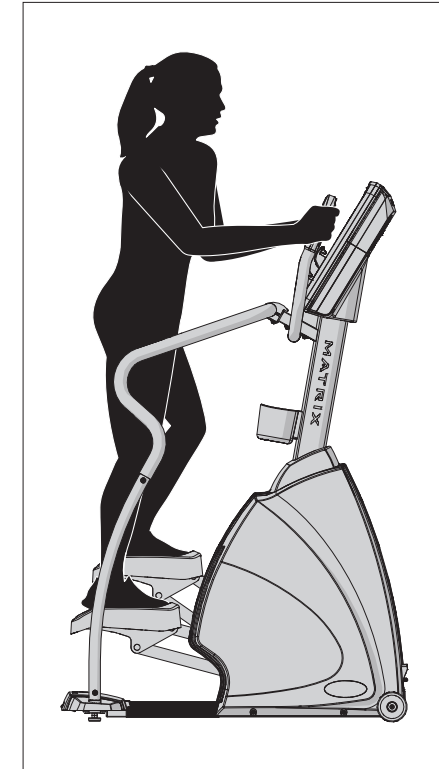
本機は大変重いマシンです。本機を移動する際は、十分に注意して、必要に応じて人数を追加してください。これらの指示に従わない場合、怪我が発生する恐れがあります。



正しい使用法

ステッパーに乗る

1. 本機の後ろに立ちます。
2. 両方のリアアームハンドルを掴んで、片方の足を対応するフットパッドに置きます。フットパッドがストロークの一番下の停止位置に来るまで待ちます。
3. もう片方の足を反対側のペダルに置きます。
4. 本機はさまざまな足の位置に対応しています。足をフットパッドの最も前の位置に移動すると、ステップの高さが増し、ステップマシンと同じような感覚が得られます。足をフットパッドの後ろに置くと、ステップの高さが減り、滑らかな歩行やランニングに似た、滑走する感覚が得られます。足全体がフットパッドにしっかりと着いていることを常に確認してください。ペダルの動きは足の位置に左右されます。
5. 正しいワークアウト位置を決定するには、ペダルの中央に足を置いて、ペダルの上に立ちます。常に膝を少し曲げるようにしてください。





心拍数機能を使用する

本製品の心拍数機能は医療機器用ではありません。心拍数グリップはあなたの現在の心拍数を相対的に推定できますが、正確な読み取り数値が必要になる場合は、表示される値を信頼しないでください。心臓リハビリテーションプログラム中の人も含めて、胸部または手首のストラップ式の心拍数モニタリングシステムの使用が役に立つ人もいます。心拍数の読み取りの精度には、使用者の動きも含めて様々な要素が影響を及ぼします。心拍数の表示は、一般的な心拍数の傾向を特定するエクササイズ補助用としてのみ意図されています。医師にご相談ください。

手のひらを直接グリップパルスハンドルバーの上に置いてください。心拍数を記録するには両手でバーを握っている必要があります。心拍数を記録するには、連続で5回分の心臓の鼓動（15-20秒）が必要です。パルスハンドルバーを握る際は、きつく握らないでください。グリップをきつく握ると、血圧が上昇してしまうことがあります。手をまるめて、ゆるくつかみ続けてください。グリップパルスハンドルバーをずっとつかみ続けていると、読み出された結果が不規則になる場合があります。接触部を適切な状態に維持できるよう、パルスセンサーを清潔に保ってください。

警告！

心拍数モニタリングシステムは正確でないこともあります。適度な範囲を超えた運動は、重度の怪我や死亡に至る恐れがあります。めまいを感じた場合、直ちに運動を中止してください。

製品仕様

コンソール	ENDURANCE STEPPER		
	TOUCH	PREMIUM LED	LED / GROUP TRAINING LED
最大使用者重量	182 kg / 400 lbs		
製品重量	116.9 kg / 257.7 lbs	115.1 kg / 253.8 lbs	114.4 kg / 252.2 lbs
梱包重量	133.2 kg / 293.7 lbs	131.4 kg / 289.7 lbs	130.7 kg / 288.1 lbs
全体寸法 (長さ×幅×高さ)*	114.3 x 78.7 x 179.1 cm / 45" x 31" x 70.5"		

* MATRIX マシンにスムーズにアクセスできるようにし、マシンの周囲に少なくとも0.6メートル(24")のスペースを確保してください。
注：0.91 m (36") は車いす使用者のための ADA 推奨間隔幅です。

メンテナンス

1. パーツの取り外しまたは交換は、有資格のサービスエンジニアが行う必要があります。
2. 本機が損傷している、または本機に摩耗している部品や壊れた部品がある場合、本機を使用しないでください。最寄りの MATRIX 販売店から供給された交換パーツのみを使用してください。
3. ラベルとネームプレートの維持：いかなる理由があってもラベルは外さないでください。ラベルには重要な情報が記載されています。ラベルまたはネームプレートが読み取り不可能であったり欠けている場合はご購入の MATRIX 販売店まで交換をご依頼ください。
4. 本機のメンテナンス：本機を問題なく使用し、損害賠償責任の可能性を最小限にとどめるには、予防的メンテナンスが重要になります。本機は定期的に点検する必要があります。
5. 調整、メンテナンス、または修理の実施者は必ず有資格者であることを常に確認してください。MATRIX 販売店は、ご要望に応じて、当社施設でのサービスとメンテナンスの研修を提供しています。

警告

ステッパーから電源を取り外すには、電源コードを壁のコンセントから抜く必要があります。

メンテナンスのスケジュール

作業	頻度
ユニットの電源プラグを抜きます。マシン全体を水と中性洗剤、またはその他 MATRIX 認定液を使用して洗浄します（洗浄剤には非アルコール系および非アンモニア系のみを使用してください）。	毎日
すべての結合部分のボルトがしっかり締まっているか点検します。	3か月に1度

MATRIX



ENDURANCE STEPPER

© 2020 Johnson Health Tech

Rev 1.0 C